John G. Miller
Karen G. Miller

POLIROM

CUM SĂ FORMEZI CARACTERUL COPIILOR

Metoda responsabilității personale

PSIHOLOGIA
COPILULUI & PARENTING

John G. Miller
Karen G. Miller

CUM SĂ FORMEZI CARACTERUL COPIILOR

Metoda responsabilității personale

Traducere de Paul Aneci

POLIROM
2013

© 2013 by Editura Polirom, pentru ediţia în limba română

www.polirom.ro
Editura POLIROM
Iaşi, B-dul Carol I nr. 4; P.O. BOX 266, 700506
Bucureşti, Splaiul Unirii nr. 6, bl. B3A, sc. 1, et. 1;
sector 4, 040031, O.P. 53, C.P. 15-728

ISBN ePub: 978-973-46-3316-6
ISBN PDF: 978-973-46-3317-3
ISBN print: 978-973-46-3287-9

Coperta: Carmen Parii
Pe copertă: © iStockphoto.com/Rosemarie Gearhart

Această carte în format digital (e-book) este protejată prin copyright şi este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parţială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziţia publică, inclusiv prin internet sau prin reţele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informaţiei, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sau comercializarea sub orice formă, precum şi alte fapte similare săvârşite fără permisiunea scrisă a deţinătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislaţiei cu privire la protecţia proprietăţii intelectuale şi se pedepsesc penal şi/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Lectura eco - un supererou al lumii moderne!

Versiune digitală realizată în colaborare cu Libris.ro

JOHN G. MILLER, absolvent al Cornell University şi fondator al organizaţiei QBQ, Inc., este implicat în domeniul trainingului şi dezvoltării din 1986. A lucrat cu sute de companii din *Fortune 500* şi organizaţii guvernamentale şi nonguvernamentale, precum şi cu mii de oameni, ajutîndu-i să transforme responsabilitatea personală într-o valoare esenţială. A participat la numeroase emisiuni de radio şi televiziune şi este autorul volumelor *QBQ! The Question Behind the Question*, *Flipping the Switch: Unleash the Power of Personal Accountability Using the QBQ!* şi *Outstanding! 47 Ways to Make Your Organization Exceptional.*

KAREN G. MILLER este mentor pentru mamele membre MOPS (Mothers of Preschoolers – Mame de Preşcolari) şi MomsNext. A deţinut poziţii de conducere în Bible Study Fellowship. A fost asistentă medicală vreme de 16 ani.

John şi Karen Miller locuiesc în Denver, Colorado, şi sînt căsătoriţi din 1980. Au şapte copii.

Cuvînt înainte

> În mod izbitor, din Cele Zece Porunci lipseşte orice obligaţie a părintelui faţă de copil. Trebuie să presupunem că Dumnezeu nu a considerat necesar să poruncească ceva ce asigurase prin iubire.
>
> Robert Brault

Părinţii mei, John şi Karen Miller, nu sînt experţi în parenting – însă cred că sînt nişte părinţi experţi. Deşi nu au diplome în psihologia copilului şi nu au făcut studii şi nu şi-au dat doctorate în consiliere familială, realizările lor în calitate de părinţi sînt evidente. Fiind cel mai mare dintre copiii lor, cred că pot face următoarea afirmaţie: poate că nu sînt perfecţi, dar sînt extrem de buni în această misiune pe care şi-au ales-o.

Ştiu că par un copil care se laudă cu părinţii săi, însă nu sînt doar cea mai mare dintre şapte fraţi – şase fete şi un băiat –, ci fac parte şi din echipa QBQ, Inc., ajutîndu-l pe tatăl meu să răspîndească mesajul *responsabilităţii personale* prin cursuri de pregătire, conferinţe şi coaching. Şi, în ciuda a ceea ce mulţi cred că este un lucru foarte greu de făcut – să munceşti în cadrul unei afaceri de familie –, mie *îmi place* să lucrez cu şi pentru părinţii mei. Chiar şi numai acest lucru v-ar putea spune ceva despre eficienţa parentingului aplicat de ei.

Desigur, au făcut greşeli, aşa cum am făcut şi eu, dar, una peste alta, am avut o relaţie nemaipomenită cu ei de-a lungul anilor şi aceasta continuă şi astăzi. Îmi aduc aminte că eram cît se poate de nedumerită de unele dintre conflictele prietenilor mei cu părinţii lor. Deşi am avut şi eu, desigur, unele momente mai „nearmonioase” cu ai mei, nu am vrut niciodată să scap de ei şi nici nu mi-am dorit ca ei să dispară din viaţa mea.

Unul dintre principalele motive pentru care cred că sînt nişte părinţi buni este faptul că aplică o idee numită „întrebarea din spatele întrebării” (*The Question Behind the Question* – QBQ), un instrument ce le permite – lor sau oricăror altor părinţi – să introducă în parenting responsabilitatea personală. Iar dacă părinţii ar avea doar un instrument în „trusa lor de scule” de parenting, acesta ar trebui să fie cu siguranţă „întrebarea din spatele întrebării”.

Tatăl meu a creat această tehnică înainte ca eu să ajung la vîrsta adolescenţei. Apoi a început să transmită în mediul antreprenorial mesajul său privind „responsabilitatea personală şi întrebarea din spatele întrebării”. Încă de la început, a descoperit că clienţii voiau să folosească materialul acasă pentru a deveni mame şi taţi remarcabili. Aceştia îi spuneau adesea: „Pot folosi asta la fel de bine şi în familie, şi la serviciu!”.

Limbajul întrebării din spatele întrebării a început curînd să pătrundă în conversaţiile de zi cu zi ale familiilor, inclusiv în casa familiei Miller. Eu şi fraţii mei ne tachinăm uneori părinţii, mai ales pe tata: „Ei, tată, nu cumva trebuie să pui *tu* în momentul ăsta o întrebare din spatele întrebării?!”. Bineînţeles, totul e în glumă, însă chiar pot spune că sîntem o familie în care întrebarea din spatele întrebării are un rol major.

Vestea bună este că orice familie poate ajunge la fel.

Cred că părinţii au foarte multă nevoie de instrumente care să îi ajute în creşterea copiilor. Meseria de părinte este grea şi are un program non-stop. Am bănuit întotdeauna acest lucru, dar acum o *ştiu*, de cînd am devenit şi eu mamă. Eu şi soţul meu, Erik, sîntem recunoscători pentru acest instrument practic numit „întrebarea din spatele întrebării" şi ştiu că şi alţi părinţi sînt la fel de recunoscători. Primesc e-mailuri de la părinţi care îmi povestesc dificultăţile cu care se confruntă şi modul cum aplică acasă întrebarea din spatele întrebării pentru a-şi creşte mai bine copiii.

Dar, în realitate, această carte nu a fost scrisă avînd în minte în mod special părinţii. Îmi amintesc că o bunică l-a auzit pe tatăl meu vorbind la *The Dave Ramsey Radio Show* şi a cumpărat imediat această carte şi *Flipping the Switch* de pe site-ul nostru. Imediat după aceea, a întrebat dacă le poate returna. Cînd a fost întrebată de ce, a spus că sînt „doar despre afaceri" şi că ea voia nişte cărţi pe care să le citească şi copiii săi, deja adulţi, şi să le folosească pentru a-i creşte pe nepoţii ei.

Într-o zi, la masa de prînz, vorbeam cu o prietenă care are doi copii mici. În timp ce sporovăiam despre viaţa noastră de mămici, mi-a spus: „Ultimul lucru pe care mi-l doresc este încă o carte de parenting pas cu pas care să îmi spună *exact* ce ar trebui să fac. O mare parte din conţinutul acestui gen de cărţi nu pare să aibă aplicabilitate. Eu am nevoie de idei noi care să mă provoace şi de principii care să mă poată ghida ca să îmi fac mai bine treaba ca părinte". Eu i-am răspuns pur şi simplu: „Părinţii mei scriu o carte pentru tine".

Deci iată *Cum să formezi caracterul copiilor* – scrisă pentru părinţi, pentru bunici şi pentru toţi cei interesaţi să descopere modalităţi extraordinare de a creşte nişte copii nemaipomeniţi. Credem că există o nevoie reală pentru o astfel de carte din următorul motiv: parentingul *se învaţă*. Avînd acest lucru în minte, promit că vei descoperi idei practice şi

eficiente care – dacă te vei angaja să le pui practică – vor deveni cu timpul abilităţi. Iar aceasta îţi va aduce multe satisfacţii!

Kristin E. Lindeen
Kristin@QBQ.com
www.QBQ.com

Capitolul 1

Responsabilitatea personală

> Nu poţi scăpa de responsabilitatea zilei de mîine evitînd-o astăzi.
>
> Abraham Lincoln

Fiica noastră de 20 şi ceva de ani, Molly, trebuia să aibă grijă de băiatul de 12 ani al unui vecin într-un weekend cînd părinţii lui erau plecaţi. Sîmbătă dimineaţa, Molly l-a adus să îşi petreacă timpul la noi acasă, împreună cu prietenul său Grayson. Nu îl cunoscuserăm înainte pe Grayson – şi nici pe părinţii săi. Nu ştim cum sînt, de unde vin sau ce meserie au, dar *ceva* tot ştim despre ei. Au lăsat dovezi clare – în Grayson.

Locuim în Colorado, pe cîţiva acri de teren, unde avem şi o şură şi o piscină. Peste tot sînt semne care indică faptul că în această casă au crescut şapte copii: o trambulină, o frînghie ca o liană cu care te poţi juca de-a Tarzan, un cărucior cu patru roţi care arată ca vai de capul lui şi foarte multe „jucării tehnice” pentru interior. Este un loc pe care copiii îl iubesc la nebunie. Deci ore la rînd băieţii s-au distrat o grămadă şi ziua a trecut pe nesimţite.

Pe la 7 seara, Molly a strigat: „Băieţi, e timpul să plecăm!”. Auzind nişte paşi grăbiţi şi nişte uşi trîntite, am presupus că ieşiseră cu toţii din casă, aşa că ne-am speriat cînd Grayson a apărut în sufragerie.

„Mulţumesc pentru că mi-aţi dat voie să vin în vizită, doamnă şi domnule Miller!”

„Cu plăcere”, am răspuns noi. „Sperăm că te-ai distrat.”

„Cum să nu!”

„Să mai vii şi altă dată, da?”, a spus Karen.

„O să mai vin. Mulţumesc!”

„Grozav! Pa, Grayson.”

„Bine. Să aveţi o seară frumoasă. Pa!”

Hmm, oare tocmai am avut o conversaţie cu un copil interesant care a fost politicos şi şi-a exprimat recunoştinţa? Chiar a spus „Să aveţi o seară frumoasă”?

Şi ne-am dat seama pe loc de următorul lucru: nu a învăţat toate astea doar uitîndu-se la televizor. Le-a învăţat de la mama şi tatăl lui deoarece, ca şi ceilalţi copii, este rezultatul felului cum îl cresc părinţii săi.

Unii oameni vor deschide iar discuţia despre caracterul înnăscut *versus* cel dobîndit, însă noi preferăm să nu vorbim despre aceasta în *Cum să formezi caracterul copiilor*. Sigur, unele trăsături sau caracteristici ale copiilor noştri pot fi înnăscute, însă, atunci cînd ne gîndim la impactul „caracterelor înnăscute”, există pericolul să folosim această idee ca scuză pentru toate problemele pe care le pot dezvolta copiii dacă nu avem grijă. Pentru că această carte este axată pe *responsabilitatea personală* în parenting, preferăm să îi încurajăm pe toţi taţii şi toate mamele – inclusiv pe noi – să nu caute în altă parte motivele pentru care copiii noştri gîndesc, simt sau acţionează aşa cum o fac – aceste motive se regăsesc în stilul nostru de parenting. Astăzi mulţi oameni vorbesc despre „dezvoltarea caracterului” copiilor şi acest lucru este important, însă, în realitate, caracterul unui copil îşi are rădăcinile în modul în care este crescut.

Ştim că este o idee greu de acceptat pentru unii părinţi, aşa că o vom spune de la început, pentru a da tonul responsabilităţii personale:

> Dacă un părinte are probleme cu copiii săi adolescenţi, probabil că a avut probleme cu ei şi cînd erau bebeluşi.

Recent, un părinte ne-a împărtăşit următoarele:

> Fiul nostru, care este în clasa a VIII-a, ne scoate din minţi! În fiecare săptămînă are sarcina să golească toate coşurile de gunoi din casă, să pună gunoiul în *saci menajeri* – nu în coşuri – şi să le lase la colţ, ca să fie ridicate de gunoieri. Dar, în schimb, el scoate în stradă, de fiecare dată, unul dintre coşurile noastre de gunoi mai mari, deşi ştie că nu aşa trebuie să facă! Iar acesta nu este singurul caz în care observăm un astfel de comportament. Cînd nu îşi fixează ceasul deşteptător de cu seară şi apoi se trezeşte prea tîrziu, spune că e vina surorii sale că nu l-a trezit. Dacă îi spunem să nu se mai joace la calculator, ci mai bine să îşi facă temele, la început ne ignoră şi apoi zice că sîntem „răi". Cînd nu îşi studiază lecţia de pian, nu îşi asumă deloc responsabilitatea pentru faptul că nu s-a pregătit pentru următoarea întîlnire cu profesorul de pian. Ce să facem? *Vă rugăm să ne ajutaţi!*

Aceasta este o situaţie extrem de frustrantă – şi chiar îi compătimim pe aceşti părinţi –, însă astfel de probleme nu apar peste noapte. Ele sînt rezultatul practicilor părinţilor de-a lungul întregii vieţi a copilului lor. Deci este greşit să întrebăm „De ce este copilul meu atît de dificil?" şi „Cînd o să se schimbe?" (le numim „întrebări incorecte"). Întrebările potrivite ar fi: „Ce am făcut *eu* ca să creez problemele de care mă lovesc acum?" şi „Cum pot începe *eu* să îmi schimb stilul de parenting?".

Acestea, pe care le numim „întrebări din spatele întrebărilor”, nu reprezintă doar o gîndire responsabilă, ci conduc şi la învăţare – iar unde există învăţare, există şi schimbare. Pentru mulţi părinţi, o schimbare-cheie necesară este disponibilitatea de a adopta acest principiu:

Copilul meu este rezultatul stilului meu de parenting.

Ştim că unii vor dori să discute despre asta, indicînd şi alte influenţe în viaţa unui copil. Este de înţeles. Cu toate acestea, am descoperit că este mult mai uşor să aplicăm responsabilitatea personală în parenting nu împotrivindu-ne acestui principiu, ci adoptîndu-l. Pornind de la această premisă, indiferent de vîrsta copilului, oricine poate deveni părintele excepţional care îşi doreşte să fie.

Capitolul 2

Parentingul se învaţă

> Înainte de a mă căsători, aveam şase teorii despre creşterea copiilor; acum am şase copii şi nici o teorie.
>
> John Wilmot

Karen s-a instalat pe locul său, pregătindu-se pentru un zbor de două ore. Chiar în spatele ei stătea un băieţel adorabil, de vreo 4 ani, aşezat între părinţii lui. Ca majoritatea copiilor normali, era foarte activ. Karen ştia aceasta pentru că el îi lovea continuu scaunul cu picioarele şi nici măcar nu decolaseră încă!

Asta a continuat cîteva minute, pînă cînd tatăl lui l-a ameninţat: „Dacă mai loveşti cu picioarele scaunul doamnei, Moşul n-o să-ţi mai aducă nimic de Crăciun”.

Auzind ce spune tatăl băieţelului, lui Karen i-a părut rău pentru copil. A fost tentată să se întoarcă şi să zică: „Nu face nimic. Nici o problemă!”, dar, înainte să apuce să facă asta, comportamentul s-a agravat – nu comportamentul copilului, ci *al părinţilor*! Mama s-a amestecat în discuţie, formulînd acest mesaj ameninţător: „Dacă nu încetezi chiar acum, o să vină poliţia şi o să te ducă la închisoare”.

După decolarea avionului, drăcuşorul s-a liniştit, concentrat asupra unei cărţi de colorat. A fost linişte pînă ce mama l-a admonestat: „Apeşi

prea tare. O să rupi creioanele. Şi nu mai depăşi contururile!”.

Peste vreo 20 de minute i-au dat băiatului un DVD-player fără căşti şi i s-a dat voie să se uite la un film cu sonorul dat tare în ora următoare, tulburînd conversaţiile, firul gîndurilor şi somnul tuturor pasagerilor din jurul lui!

Cînd avionul a aterizat şi pasagerii au început să coboare, Karen i-a auzit pe cei doi discutînd: „Acum ştiu de ce ne dădeau părinţii noştri cîte o gură de rachiu înainte să plecăm într-o călătorie. Poate ar trebui să încercăm şi noi asta data viitoare!”.

Ştim cu toţii că o călătorie cu avionul împreună cu nişte copii mici poate fi dificilă, însă cu certitudine putem cădea de acord că părinţii din povestea asta s-ar fi putut ocupa de fiul lor într-un mod mai eficient. Fără îndoială, le-ar fi fost de folos cîteva sfaturi legate de parenting – totuşi, ce mamă sau tată nu poate deveni un părinte mai bun? Aşa cum nota Kristin în „Cuvînt înainte”, parentingul *se învaţă*. Atunci cînd mamele şi taţii nu fac decît să „improvizeze” şi nu caută să se pună la punct ca să fie cei mai buni părinţi posibili, rezultatele pe care le obţin se poate să nu fie cele la care sperau atunci cînd şi-au asumat această sarcină. Adevărul este că toţi putem să preluăm idei noi, să implementăm practici noi şi să formăm obiceiuri noi – iar cînd facem acest lucru, au de cîştigat şi părintele, şi copilul.

Capitolul 3

Întrebarea din spatele întrebării

> O întrebare prudentă este o jumătate de înţelepciune.
>
> Francis Bacon

Responsabilitatea personală este un principiu puternic care poate ajuta orice mamă sau tată să elimine din stilul său de parenting victimizarea, nemulţumirile, tergiversările şi învinuirile. Cînd ne plîngem de ceea ce fac sau nu fac copiii noştri, cînd amînăm să trecem la acţiune în timp ce aşteptăm ca alţii să „facă ceva”, cînd arătăm cu degetul, căutînd „vinovatul”, nu facem apel la responsabilitatea personală.

Dar putem face aceasta cu ajutorul unui instrument numit „întrebarea din spatele întrebării”.

Întrebarea din spatele întrebării este un instrument care le permite părinţilor să practice metoda responsabilităţii personale făcînd alegeri mai bune pe moment.

Şi reuşim să facem acest lucru formulînd întrebări mai bune adresate nouă înşine. Atunci cînd ne confruntăm cu o problemă sau o nereuşită ca părinţi, mintea noastră tinde mai înainte de toate să se umple de întrebări ca „De ce copiii mei nu vor să asculte?” şi „Cînd vor face ceea ce le

cer?”. Aceste întrebări sînt fireşti şi logice; cu toate acestea, focalizîndu-se pe orice altceva şi oricine altcineva *în afară de* persoana care le formulează, demonstrează o lipsă de responsabilitate personală. Doar atunci cînd ne oprim şi privim *dincolo* de aceste prime întrebări descoperim altele mai bune – întrebările din spatele întrebărilor –, precum „Ce pot face diferit?” şi „Cum pot deveni un părinte mai bun?”. Formularea *acestor* întrebări îndreaptă din nou atenţia către noi înşine şi către ceea ce putem face ca să schimbăm situaţia. Este aproape imposibil să exagerăm impactul pozitiv pe care îl poate avea această schimbare simplă asupra vieţii noastre – şi asupra familiei noastre.

Întrebarea din spatele întrebării este un instrument practic de parenting ce are trei indicaţii uşor de aplicat care ne arată cum să construim întrebări *responsabile*:

1. *întrebările din spatele întrebărilor încep cu cuvîntele* ce *sau* cum – *nu* de ce, cînd *sau* cine:
   a) întrebările de tip „de ce?” duc la victimizare şi nemulţumiri – de exemplu, „De ce este atît de greu să fii părinte?” sau „De ce nu învaţă mai bine copilul meu?”;
   b) întrebările de tip „cînd?” duc la tergiversări – de exemplu, „Cînd o să înceapă copiii mei să facă ceea ce le cer?” sau „Cînd se va ocupa cineva de problema asta?”;
   c) întrebările de tip „cine?” duc la învinovăţiri şi acuze – de exemplu, „Cine a făcut asta?” sau „Cine o să îl ajute pe copilul meu să ia note mai bune?”;
2. *întrebările din spatele întrebărilor conţin pronumele personal* eu – *nu* ei, tu, voi *şi nici chiar* noi – *deoarece eu nu mă pot schimba decît pe mine. Exemplu: „Ce pot face* eu*?”*;

3. *întrebările din spatele întrebărilor se concentrează întotdeauna asupra acţiunii. Responsabilitatea personală se referă la adoptarea unui comportament pozitiv chiar acum, crearea posibilităţii de a ne aduce contribuţia şi de a schimba situaţia*.

Principiul fundamental al întrebării din spatele întrebării este acesta:

Răspunsurile sînt conţinute în întrebare.

Cînd formulăm întrebări mai bune, primim răspunsuri mai bune. Indicaţiile privind întrebarea din spatele întrebării ne arată cum să construim – şi să punem – întrebări mai bune. Vom explora şi tipurile de întrebări care trebuie evitate, dar mai întîi iată un element crucial: întrebările din spatele întrebărilor le punem în general despre *noi înşine.* Întrebarea din spatele întrebării este un instrument conceput pentru a ne ajuta să ne redefinim *propriul* mod de gîndire. Bineînţeles, există unele întrebări din spatele întrebărilor pe care le putem exprima cu voce tare – aşa cum este „Cu ce vă pot fi de folos?” –; cu toate acestea, o întrebare din spatele întrebării este mai bună dacă ne-o adresăm chiar nouă, de vreme ce *noi* trebuie să descoperim aceste răspunsuri mai bune.

În plus, la fel cum întrebarea din spatele întrebării ne ajută să formulăm întrebări mai bune, ne ajută şi să facem *alegeri mai bune*. Părinţii au nenumărate ocazii în fiecare zi să facă alegeri. Şi ce tot alegem mereu? *Următorul nostru gînd.* Fiecare dintre aceste momente este o ocazie irezistibilă în care ne putem schimba modul de a gîndi. Ajutîndu-ne să facem alegeri mai bune, întrebarea din spatele întrebării ne permite să preluăm controlul asupra gîndurilor noastre şi să ne transformăm efectiv viaţa – şi stilul de parenting.

Ştim că mamele şi taţii caută instrumente practice şi credem că întrebarea din spatele întrebării *este* „manualul” de care au nevoie pentru a-şi îndeplini mai eficient rolul de părinţi. Iar pentru a învăţa cum să aplicăm întrebarea din spatele întrebării, trebuie să stăpînim un anumit limbaj şi să avem o anumită structură. „Întrebările incorecte” sînt cele de tip „de ce?”, „cînd?” şi „cine?”, care duc la victimizare, nemulţumiri, tergiversări şi învinovăţiri. Comparînd întrebările incorecte (ÎI) cu întrebările din spatele întrebărilor (ÎSÎ), vei vedea cît de simplu poate fi să le foloseşti pe acestea din urmă:

ÎI	ÎSÎ
De ce fiica mea nu îmi urmează niciodată sfaturile?	Ce pot face *eu* ca să îi înţeleg nevoile?
Cînd îşi va deschide fiul meu sufletul în faţa mea?	Cum pot *eu* să construiesc o relaţie bazată pe mai multă încredere?
Cine a făcut mizeria asta?	Ce pot face *eu* ca să îmi ajut copilul să deprindă comportamente adecvate?

Acordă-ţi răgazul să mai arunci o privire peste paralelele întrebare incorectă/întrebare din spatele întrebării prezentate mai sus. Încearcă să îţi dai seama cum *este* să pui o întrebare responsabilă, o întrebare din spatele întrebării. Imaginează-ţi schimbarea din familie după ce vei include mai multă *responsabilitate personală* în stilul tău de parenting. Şi fii convins că folosirea întrebărilor din spatele întrebărilor este o practică foarte uşor de adoptat!

Cory, un agent de vînzări de vreo 30 şi ceva de ani şi tată a doi băieţi, a mers la un seminar practic de formare organizat de compania la care

lucra, bazat pe întrebarea din spatele întrebării. Dîndu-şi seama că întrebarea din spatele întrebării are valoare şi în afara locului de muncă, abia aştepta să o încerce şi în familie. Avînd proaspete în minte noţiunile de *întrebări incorecte* şi *întrebări din spatele întrebărilor*, şi i-a tras mai aproape pe cei doi fii ai săi şi i-a întrebat: „Băieţi, ce pot face ca să vă fiu un tată mai bun?”.

A povestit că băieţelul de 7 ani i-a dat o îmbrăţişare şi cel de 12 ani *i-a dat o listă*!

Cînd punem întrebări responsabile acasă, s-ar putea ca răspunsurile să ne lase cu gura căscată! Dar vom aplica metoda întrebării din spatele întrebării – iar cînd facem asta, totul este mai bine…

Capitolul 4

„De ce eu?”

> Autocompătimirea este cel mai mare duşman al nostru, iar dacă cedăm în faţa sa, nu mai putem face nimic înţelept pe lumea asta.
>
> Helen Keller

La începutul călătoriei noastre în care vom utiliza întrebarea din spatele întrebării pentru a deveni nişte părinţi mai buni, nu uita: părintele-victimă se plînge continuu. Şi cine vrea să fie prin preajma unui om care se tot plînge la nesfîrşit?

Victimizarea în parenting începe atunci cînd se pun întrebări incorecte, precum:

- „De ce nu mă ajută nimeni mai mult în casa asta?”;
- „De ce nu mănîncă fetiţa mea ce îi dau eu?”;
- „De ce nu vor copiii mei să mă asculte?”;
- „De ce nu mă sprijină mai mult profesorii?”;
- „De ce nu vrea fiica mea să muncească mai mult?”;
- „De ce nu este fiul meu mai responsabil?”;
- „De ce este aşa de greu?”.

Parentingul este dificil, dar aceste întrebări de genul „vai de mine” îi conduc pe părinţi direct la lamentaţii. Cu tot respectul, credem că taţii şi

mamele care pun întrebări de tipul „De ce eu?” s-ar putea să trebuiască să fie puşi la colţ!

Sheri, mama unei fetiţe de 11 ani şi angajată cu normă întreagă la o firmă farmaceutică, ne-a trimis un e-mail în care îşi exprima frustrarea provocată de relaţia sa cu fiica ei, Amy. După divorţ, Sheri creştea singură un copil şi simţea că este adesea prea tensionată, că ţipă prea mult şi că pur şi simplu nu se descurcă aşa cum ar trebui ca părinte singur. Dar nu ştia cum să procedeze altfel. Evident, fuseseră formulate multe întrebări incorecte ineficiente de tip „de ce?”:

- „De ce nu înveţi mai bine?”;
- „De ce eşti aşa capricioasă tot timpul?”;
- „De ce nu vrei să îţi faci curat în cameră, cum îţi cer eu?”;
- „De ce nu poţi să îţi petreci timpul cu alţi copii?”.

Apoi Sheri a participat la serviciu la un curs despre responsabilitatea personală şi întrebarea din spatele întrebării. Cînd Sheri şi colegii săi au învăţat cum să pună întrebări din spatele întrebărilor, i-a venit o idee: să pună întrebări mai bune şi *acasă.*

În seara aceea, i-a pus fiicei sale această întrebare din spatele întrebării: „Cum îţi pot fi eu o mamă mai bună chiar în acest moment?”.

Atunci digurile au cedat. Înainte să se dezmeticească Sheri, Amy i-a trîntit-o: „Ai putea să nu îmi mai dispreţuieşti prietenii tot timpul!”. Sheri a fost uluită. Dintre toate lucrurile pe care credea că o să le audă, numai la asta nu se aştepta. Au început să îi treacă prin minte gînduri ca: *I-am criticat pe prietenii fiicei mele? Sînt o astfel de mamă?* Aşa că a răspuns calm: „Ce vrei să spui cu asta, draga mea? Fii mai exactă”.

Peste o oră şi ceva, îşi amintea Sheri, încheiau cea mai importantă discuţie pe care o avuseseră vreodată. Plîngînd şi rîzînd împreună, s-a

creat o legătură, avusese loc un progres important. Fuseseră create amintiri pozitive. Şi toate acestea pentru că un părinte, care avea tendinţa să cadă în capcana victimizării formulînd întrebări periculoase de tipul „De ce eu?”, se oprise şi îi pusese fiicei sale o întrebare ce începea cu „ce” sau „cum”, conţinea un „eu” şi se axa pe acţiune.

Sheri a ales calea mai bună a responsabilităţii personale doar înlocuind întrebările incorecte, precum „De ce nu vrea să se schimbe copilul meu?” şi „De ce este copilul meu atît de rebel?”, cu întrebări din spatele întrebărilor, ca „Ce pot face *eu* ca să înţeleg lumea ei?”, „Cum pot fi *eu* mai eficientă acasă?” şi, desigur, „Ce pot face *eu* ca să îţi fiu o mamă mai bună?”.

„Întrebarea din spatele întrebării” este un minunat instrument practic care ne ajută să devenim nişte părinţi excepţionali. Iar asta cu siguranţă este mai bine decît victimizarea, deoarece, atunci cînd facem pe victimele, nu facem nici un serviciu nimănui.

Capitolul 5

Învaţă să meriţi

> Majoritatea oamenilor nu profită de ocazie pentru că ea este îmbrăcată în salopetă şi seamănă cu munca.
>
> Thomas Edison

Eşti de acord sau nu cu următoarele afirmaţii?

- Fiecare membru al unei echipe sportive ar trebui să primească un trofeu.
- Copiii trebuie să aibă cea mai nouă versiune a tuturor gadgeturilor electronice.
- Adolescenţii de 13 ani merită să se plimbe cu limuzina de ziua lor.
- Telefoanele mobile nu sînt un privilegiu, ci un drept.
- Nu este un privilegiu, ci un drept să conduci o maşină.

După ce ar citi cele de mai sus, bănuim că majoritatea mamelor şi taţilor ar răspunde: „Nimic din toate acestea nu este adevărat!” sau „Nu sînt deloc de acord!”. Însă întrebările pe care şi le pun părinţii responsabili sînt: „Oare *eu* îi inspir copilului *meu* astfel de idei şi convingeri?” şi „Oare am creat *eu* nişte copii care suferă de periculoasa boală a *mentalităţii «mi se cuvine»*?”

Şi, desigur, această întrebare exigentă cu sine: „În ce fel am devenit *eu* astfel?”.

În cartea *Outstanding!*, John afirmă că indivizii din organizaţii excepţionale muncesc intens şi cu perseverenţă, investesc foarte mult efort şi energie, dau dovadă de mare angajament şi pun lucrurile pe roate. Cu alte cuvinte, muncesc – şi muncesc din greu. În aceste organizaţii, mentalitatea „mi se cuvine” lipseşte aproape cu desăvîrşire pentru că şi directorii, şi angajaţii cred că trebuie *să îşi merite* banii, *să îşi merite* pachetul salarial şi *să îşi merite* primele. De fapt, ei *vor* să merite aceste lucruri. Indivizi ca aceştia ştiu că a avea o mentalitate de tip „eu merit” nu este un mod sănătos de a-şi trăi viaţa.

Sincer, atunci cînd simţim că ni se cuvine ceva – ceea ce nu este, în esenţă, decît un alt mod de a o face pe victima –, contribuim cu ceva la lumea din jurul nostru? Schimbăm lucrurile în mod pozitiv în viaţa altora? Aducem un plus de valoare societăţii? Învăţăm, ne dezvoltăm şi ne schimbăm în timp ce ne valorificăm potenţialul pe care ni l-a dat Dumnezeu?

Sugerăm că răspunsul la fiecare dintre aceste întrebări este un *Nu!* răsunător.

Vestea bună este că există un antidot la problema atitudinii că totul li se cuvine în cazul oamenilor de orice vîrstă, iar acesta e:

Învaţă să meriţi.

Provocarea, în cazul celor mai mulţi dintre noi, de care ne lovim atunci cînd învăţăm să meritărm este, cu toate acestea, faptul că trăim într-o lume care transmite mesaje de tip „mi se cuvine” la tot pasul. Poate fi foarte dificil să ne protejăm familiile de acest mod de viaţă inexplicabil. Cu toate acestea, părinţii care utilizează metoda întrebării din spatele

întrebării nu se plîng de „lume”, insistînd asupra cauzelor politice şi sociale generale ale acestui fenomen. Ei încearcă să se dezobişnuiască să mai gîndească că totul li se cuvine în timp ce se axează pe a fi cei mai buni părinţi pentru copiii lor, ca să îi împiedice să devină nişte adulţi care să considere că totul li se cuvine.

În zilele noastre, pentru a ne asigura că viitorii lucrători ai lumii – copiii noştri – au o viaţă marcată de responsabilitate personală, este nevoie de vigilenţă şi de eforturi mari din partea părinţilor, dar merită. Pe lîngă sentimentele de împlinire şi de satisfacţie, oamenii de toate vîrstele resimt o mare bucurie atunci cînd gîndirea de tip „mi se cuvine” şi victimizarea sînt înfrînte. Cînd ne educăm copiii să nu întindă mîna şi să ceară lumii să le dea ceea ce „li se cuvine”, ci îi ajutăm învăţîndu-i să se deprindă să merite, cu siguranţă că facem un pas uriaş către educarea unor copii grozavi.

Aşadar, de vreme ce nu putem schimba societatea, dar ne putem schimba pe noi, hai să ne concentrăm atenţia asupra lucrurilor pe care le controlăm *noi*. Întîi, trebuie să ne asigurăm că nu gîndim lucruri de genul *Lumea îmi este datoare* şi *Mi se cuvine*. Dacă gîndim astfel, atunci le dăm un exemplu prost copiilor noştri. Apoi, trebuie să ne facem zilnic datoria de părinţi cu scopul de a crea nişte copii care nu consideră că totul li se cuvine şi care vor să merite ceea ce primesc de la viaţă.

Mai jos vom analiza nişte lecţii valoroase despre bani care pot fi învăţate şi de copiii noştri, deoarece ştim că subiectul administrării banilor este pentru copii un aspect important al procesului de a învăţa să merite. Însă, ca întotdeauna, cînd vine vorba de mesajul nostru principal privind responsabilitatea personală, totul începe cu tata şi mama care pun întrebări din spatele întrebărilor ca acestea:

- „Ce pot face ca să identific şi să elimin gîndirea mea de tip «mi se cuvine»?”;
- „Cum le pot demonstra copiilor mei o etică profesională solidă?”;
- „Ce pot face astăzi ca să îi învăţ pe copiii mei cît este de important să merite?”.

Capitolul 6

Nu te plînge!

Toate să le faceţi fără de cîrtire şi fără de îndoială.

Filipeni 2,14

Motivul pentru care facem tot ce ne stă în putinţă ca să folosim metoda întrebării din spatele întrebării şi le-o împărtăşim acum şi altor părinţi este că am învăţat că *noi* înşine avem nevoie de ea. Îţi vom da un exemplu ca să înţelegi la ce ne referim.

Dacă o vei întreba pe Karen dacă John se victimizează şi se plînge vreodată, punînd întrebări de tip „De ce?”, îţi va mărturisi că el poartă acasă agăţat de gît un cartonaş pe care scrie cu litere mari „NEMULŢUMIT-ŞEF”! Fiind un tip vocal, unul căruia îi place să exprime aproape tot ce îi trece prin minte sub forma unor propoziţii declarative, observaţii candide şi sfaturi nesolicitate, John pare adesea că se plînge. Şi uneori chiar asta face.

Problema atunci cînd te plîngi este, ei bine, totul. Implică energie şi timp irosite, în timp ce strică „dispoziţia” acasă. Rar se întîmplă să aducă un plus de valoare. Sigur, din cînd în cînd exprimarea nemulţumirilor poate iniţia rezolvarea problemelor şi, ca rezultat, ceva s-ar putea îmbunătăţi. În general, exprimarea nemulţumirilor nu este cu toate acestea decît tot un fel de victimizare, sub forma unui obicei verbal groaznic care îi calcă pe nervi pe alţii. Cunoscîndu-şi tendinţa de a se tot plînge şi

impactul pe care aceasta îl are asupra familiei, John uneori formulează destul de ciudata întrebare din spatele întrebării: „Ce pot face chiar acum ca să îmi ţin gura asta bogată?!”.

Bineînţeles, cele mai bune întrebări din spatele întrebărilor ar fi:

- „Cum pot fi o persoană pozitivă?”;
- „Ce pot face ca să văd partea bună a lucrurilor?”;
- „Cum pot oferi o soluţie la această problemă?”.

Acestea sînt întrebări care rămîn deschise şi oricine poate alege să le pună… chiar şi copiii.

Toţi copiii se plîng la un moment dat de prieteni, profesori, teme, treburi pe care trebuie să le facă în casă – şi pentru că li se cere să iasă din cameră atunci cînd ar prefera să stea cu ochii în televizor sau în calculator. Dar amuzanţi sînt *părinţii* care se plîng de faptul că şi copiii lor se plîng! Oare nu sîntem chiar noi cei nemulţumiţi atunci cînd punem întrebarea: „De ce se plînge copilul meu atît de mult?”? Aceasta este clar o întrebare incorectă.

Sugerăm că este sarcina părintelui ca, printr-o confruntare blîndă, plină de afecţiune, să îi înveţe pe copii că nu foloseşte la nimic să se tot plîngă. Un om înţelept a spus odată: „Sînt prea ocupat ca să mai am şi nemulţumiri”. O lecţie bună pentru noi toţi, în special pentru părinţii care poate că şi ei au obiceiul să se plîngă.

Responsabilitatea părinţilor înseamnă privitul în proverbiala oglindă: *Oare copilul meu a deprins obiceiul să se plîngă de la… mine?* Ben Franklin scria: „Ceea ce doare te şi instruieşte”. Aşadar, ca părinţi, hai să ne facem o introspecţie din care am avea de învăţat – şi apoi să punem această întrebare din spatele întrebării: „Ce pot face eu ca să fiu un bun exemplu pentru copilul meu?”.

Capitolul 7

Tergiversarea: prietena eşecului

> Dumnezeu a promis că te va ierta dacă te căieşti, dar nu a promis că va mai exista ziua de mîine pentru lucrurile pe care le amîni.
>
> Sfîntul Augustin

Acasă la familia lui John, mama pusese în bucătărie o placă de lemn la care nu se putea ajunge şi pe care era gravat: „Acuşi”. Ştia că oamenii au o înclinaţie naturală către a spune: „O să fac asta… mai acuşi”, aşa că ea a pus pe perete pur şi simplu „Acuşi”, ca să le amintească tuturor cît este de uşor să amîni lucrurile. Ea nu ştia nimic despre întrebarea din spatele întrebării, dar scopul era acelaşi: ia atitudine *acum*!

Poate că nu e o mare problemă „să faci asta mai acuşi” atunci cînd este vorba despre repararea vechiului şopron, curăţarea pardoselei din bucătărie sau ridicarea rufelor de la curăţătorie, însă ne poate costa pe noi şi pe copiii noştri foarte scump cînd e vorba despre parenting. Aşa cum nu am construi o casă fără temelie sau dacă am observa tot felul de fisuri evidente, nu vrem nici să fim părintele care într-o zi spune cu regret: „Ar fi trebuit să rezolv asta cu mult timp în urmă”. Părinţii care amînă rezolvarea problemelor cad în capcana lui „O s-o fac mai tîrziu!”. Ei văd că copiii lor au o problemă de care ştiu că ar trebui să se ocupe, dar nu o fac – iar problema se agravează.

Cei mai mulţi dintre noi nu se trezesc dimineaţa spunînd: „Astăzi plănuiesc să amîn toate acţiunile pe mai tîrziu, astfel încît să nu aduc un plus de valoare în viaţa copilului meu şi să nu contribui la bunăstarea familiei mele!”. Însă, atunci cînd mamele şi taţii pun întrebări care sună cam aşa: „Cînd o să se ocupe cineva de asta?” – oare nu este acelaşi lucru? Ai auzit – sau ai pus – vreodată aceste întrebări incorecte?

- „Cînd o să înceteze să domnească în casa asta cu crizele sale de isterie?”
- „Cînd nu o să se mai certe atît de mult copiii mei?”
- „Cînd o să vorbească fiica mea mai respectuos cu mine?”
- „Cînd o să înceteze să se mai îmbrace aşa?”
- „Cînd o să înveţe fiul meu să facă alegeri bune?”
- „Cînd o să vorbească cineva cu el despre asta?”
- „Cînd or să îşi facă treburile în casă fără să le spună cineva?”

Întrebările incorecte, precum acestea, ne conduc direct la prietena eşecului: tergiversarea. Este mai bine să punem întrebări din spatele întrebărilor. Încă o dată, întrebările din spatele întrebărilor încep cu „ce” sau „cum”, conţin un „eu” şi se axează pe *acţiune*. În momentul acesta, orice părinte care foloseşte această metodă poate întreba: „Ce pot face astăzi ca să schimb lucrurile?” şi „Cum pot rezolva această problemă chiar acum?”.

Capitolul 8

Importanţa momentului prezent

> Am fost impresionat de cît e de important să acţionăm. Nu e destul să ştim; trebuie să aplicăm. Nu e destul să fim dispuşi; trebuie să acţionăm.
>
> Leonardo da Vinci

Era în 1994 şi locuiam în Minneapolis. Într-o zi, la ora de vîrf, Karen mergea cu maşina spre vest pe o autostradă cu patru benzi cu cei patru copii pe care îi aveam atunci cînd furgoneta ei mare – pe care o alintam „nava-mamă” – a început să piardă viteză. Ea a tras repede monstrul pe stînga şi a oprit, cu faţa spre vest, într-o poziţie în care vehiculul era aproape lipit de balustrada zonei mediane. Maşinile continuau să treacă pe lîngă ea ca vîntul pe cele două benzi din dreapta. Prinşi la mijloc şi fără nici un telefon mobil, Karen şi copiii săi au găsit hîrtie şi markere şi au scris rapid „AJUTOR!!!” pe o foaie. După ce au lipit-o pe geamul din spate, s-au pus pe aşteptat.

Dar apoi s-a întîmplat ceva foarte neliniştitor. Din motive pe care nu le vom afla niciodată, Michael, care avea 6 ani şi stătea în spate pe un scaun de o persoană, pe partea dreaptă, a deschis deodată portiera furgonetei, direct spre maşinile care treceau în viteză pe lîngă ei.

Atunci cînd Karen a văzut ce făcuse Michael, *nu a luat nici o atitudine*. Nu a făcut decît să întrebe:

- „Cînd o să înceteze să mai facă din astea?”;
- „Cînd o să înveţe şi Michael?”;
- „Cînd o să închidă portiera aia?”;
- „Cînd o să rezolve cineva situaţia asta?”;
- „Cînd o să mă ajute şi pe mine cineva?”.

Îţi vine să crezi? Chiar crezi că, atunci cînd ar fi necesar să se ia imediat nişte măsuri, un părinte ar sta şi şi-ar pune tot felul de întrebări prosteşti, în timp ce viaţa copilului său ar fi în pericol? Nu, bineînţeles că nu crezi asta.

Iată ce s-a întîmplat de fapt: Karen a sărit din scaun şi l-a apucat pe Michael de mînuţa stîngă, trăgîndu-l imediat înapoi în maşină. Portiera s-a închis cînd mîna lui încă era pe mîner. Costul? – un băieţel de 6 ani cu o mică durere de umăr, dar care trăieşte şi astăzi şi căruia i se povesteşte o întîmplare de care el abia dacă îşi mai aminteşte.

Părinţi, *acum* este aproape întotdeauna mai bine decît mai tîrziu.

Capitolul 9

„Cine a făcut asta?”

Este mai dificil să lauzi în mod corect decît să acuzi.

Thomas Fuller

Părinţii sînt proprietarii. Copiii sînt chiriaşii.

Ne gîndeam să cumpărăm o casă pe care să le-o închiriem altor oameni, dar toţi cei pe care îi cunoşteam ne-au convins să ne răzgîndim, spunînd: „O, nu vreţi să fiţi proprietari. Chiriaşilor nu le pasă de proprietate şi or să vă dea o grămadă de bătăi de cap!”.

Aşa că n-am făcut-o. Însă, oricum, tot am făcut ceva de genul ăsta: avem şapte copii! Este adevărat: taţilor şi mamelor aproape întotdeauna le pasă mai mult decît copiilor de aspectul, curăţenia şi starea casei lor – sau decît le va păsa vreodată acestora din urmă. Aceasta nu spune nimic despre copii; pur şi simplu asta este situaţia. În multe sensuri, copiii sînt „doar în trecere”. Din cauza acestui fenomen de tip „proprietar *versus* chiriaş”, părinţilor le este uşor să pună întrebări incorecte precum:

- „Cine a lăsat vasele murdare în chiuvetă?”;
- „Cine a făcut dezordinea asta în sufragerie?”;
- „Cine a lăsat prosoapele ude pe jos în baie?”;
- „Cine a intrat încălţat şi a murdărit de noroi toată pardoseala din hol?”.

Eşti de acord că „proprietarilor” le este extrem de uşor să le pună aceste întrebări „chiriaşilor”? Noi ştim că aşa este. Problema este că ele reprezintă mai mult decît nişte simple acuzaţii. Întrebările de acest gen ne aruncă în mijlocul unei discuţii cu privire la responsabilităţi deoarece majoritatea întrebările de tip „Cine a făcut asta?” presupun găsirea unui vinovat, şi nu rezolvarea unei probleme.

Cu siguranţă, părinţii care încearcă să aplice metoda întrebării din spatele întrebării se vor uita la întrebările incorecte de mai sus şi vor gîndi: *Ei bine, cum altfel să aflu cine a făcut cutare sau cutare lucru?* Înţelegem această dilemă şi acceptăm faptul că trebuie să se mai pună din cînd în cînd şi cîte o întrebare ce începe cu „Cine?”. Întrebarea „Cine şi-a lăsat şosetele pe scări?” este inerent benignă – atunci cînd *tonul* şi *intenţia* sînt cele potrivite. Cu toate acestea, dacă tonul este mînios, sarcastic sau incisiv – şi poate chiar îi sperie pe ceilalţi –, atunci probabil că e o întrebare incorectă. Ori, dacă intenţia este de a-l găsi pe vinovat exclusiv cu scopul de a-l pedepsi, nu de a-l învăţa ceva sau de a-l ajuta să se dezvolte, atunci întrebarea este, bineînţeles, incorectă.

În cazul în care copilul tău îşi lasă şosetele pe scări în mod repetat atunci cînd i se cere să nu mai facă asta, întrebările din spatele întrebărilor, precum acestea, îţi vor fi de folos: „Cum îmi pot exprima mai clar aşteptările?” şi „Ce pot face ca să îl determin să înţeleagă consecinţele faptelor sale?”. De asemenea, întrebări din spatele întrebărilor ca, de exemplu, „Ce pot face chiar acum ca să îmi controlez emoţiile?” şi „Cum pot fi genul de părinte care îmi doresc să fiu?” ne vor permite să devenim părinţi mai buni în momentul în care sîntem frustraţi de şosetele alea stupide aruncate pe scări!

Cu alte cuvinte, acuzaţiile şi găsirea unor vinovaţi nu folosesc la nimic. Ai grijă să nu pui întrebări de tip „Cine a făcut asta?”. Ar fi mai

bine să ne obişnuim să punem întrebări responsabile care încep cu „ce” şi „cum”. Ne vom simţi mai bine şi vom speria mai puţini oameni.

Capitolul 10

Nu căuta scuze

> Învinovăţirea altcuiva nu este decît modul în care leneşul dă sens haosului.
>
> Doug Coupland

Copilul tău are însuşiri care nu-ţi plac? Dacă da, de la cine le-a moştenit?

Dacă eşti un tată care face pe deşteptul, te gîndeşti: *De la maică-sa!* Iar dacă eşti mamă, ştim ce îţi trece prin cap în momentul ăsta.

Însă, dincolo de această idee spusă mai în glumă (sau mai în serios!) că vina îi aparţine celuilalt părinte, mulţi părinţi chiar găsesc motive – ori scuze – exterioare pentru comportamentele, personalităţile şi realizările copiilor lor – sau pentru lipsa acestora. Uneori dăm vina pe şcoală sau pe biserică fiindcă „nu şi-a făcut treaba”. Sau unii părinţi cedează în faţa acestei scuze supreme: s-a înhăitat cu cine nu trebuia!

Singurul loc în care putem găsi răspunsuri adevărate este în cunoscuta oglindă. Pentru a înţelege ce înseamnă a fi un părinte responsabil, trebuie să înţelegem cum vorbeşte unul *i*responsabil şi să ne asigurăm că nu inventăm şi noi scuze ca acestea:

- „Nu m-a învăţat nimeni cum să fac asta”;
- „Mama mea şi tatăl meu nu au fost nişte buni părinţi”;
- „Sînt prea ocupat ca să ştiu tot timpul ce fac copiii mei”;

- „Soţul meu/Soţia mea nu mă ajută”;
- „Şcolile nu fac destul”;
- „Prietenii copilului meu fac numai necazuri!”.

Îţi sună cunoscut? Ai formulat şi tu astfel de scuze, în gînd sau cu voce tare? Asta e uşor de făcut, noi înţelegem. Totuşi, parentingul bazat pe metoda întrebării din spatele întrebării ne cere să fim părinţi care nu caută scuze. Aceasta înseamnă a deveni un tată sau o mamă care crede sincer că, atunci cînd vine vorba de copilul său, *Îmi asum responsabilitatea rezultatului.*

Inventarea unor scuze ne împiedică să rezolvăm probleme, să consolidăm relaţii şi să învăţăm. Ca să nu mai vorbim de faptul că le transferăm şi copiilor noştri defectul de a inventa scuze!

Ai văzut vreodată „cercul vicios al deresponsabilizării”?

Mama sau tatăl dau vina pe copil, care dă vina pe prietenii săi, care dau vina pe părinţii lor, care dau vina pe profesorii acestora, care dau vina pe contribuabili, care dau vina pe guvern, care dă vina pe…

Bine, fie, nu e chiar un cerc, dar ai prins ideea.

Karen o pregătea pe Molly, care încă era la grădiniţă, ca să plece împreună la o întîlnire cu conducătorul unui grup de studiu al Bibliei, cînd a sunat telefonul. Era o persoană pe care ea o sunase mai înainte. Chiar dacă ştia că nu are deloc timp să stea de vorbă, Karen a *ales* totuşi să răspundă la telefon. Pentru o mamă ce are o grămadă de treburi, era vorba despre a mai bifa ceva de pe lista nesfîrşită cu lucruri pe care le avea de făcut.

Cînd, în cele din urmă, discuţia s-a încheiat, trebuia să se grăbească! „Molly, hai odată!” „Hai mai repede!” „O să întîrziem!” *Grozav*, se gîndea Karen, *acuma Molly s-a apucat de plîns şi eu de ţipat!*

În sfîrşit, în maşină, conducînd puţin cam prea repede, Karen simţea cum în minte încep să îi apară tot felul de scuze: *Am avut atît de multe de făcut în dimineaţa asta! Discuţia mea de la telefon a durat prea mult! Fetiţa asta de 3 ani nu voia să facă ce-i spun!*

Pe măsură ce inventa alte şi alte scuze, tensiunea sa creştea.

Dar apoi, tocmai cînd aceste gînduri negative începeau să îi întunece judecata, i s-au înfiripat *alte* gînduri, ca o rază luminoasă de soare ce străpunge norii întunecaţi care acoperă cerul: *Eu am ales să răspund la telefon. Eu am ales să vorbesc prea mult. Eu am ales să întîrzii.*

Stresul lui Karen s-a mai diminuat. A început să se însenineze. S-a calmat, simţindu-se pregătită să participe la întîlnire şi să le spună pur şi simplu altor zece mame: „Îmi pare rău că am întîrziat".

Fără scuze.

Atît de des se întîmplă ca părinţii să le atragă copiilor atenţia să „facă alegeri bune", iar acesta este un sfat excelent, desigur. Însă nu trebuie să uităm întrebările din spatele întrebărilor pe care trebuie să şi le pună *mamele şi taţii*, cum ar fi „Cum pot *eu* să fac alegeri mai bune în viaţă?" şi „Ce pot face *eu* ca să îmi asum responsabilitatea propriilor decizii?".

Atunci cînd evaluezi stilul de parenting, întreabă-te dacă nu cumva ai lăsat tendinţa de a arunca vina pe alţii să se strecoare în modul cum te comporţi ca părinte şi în familia ta. Cît de departe vor ajunge copiii noştri – sau chiar şi noi – în viaţă dacă o apucă pe calea inventării unor scuze perpetue? Nu prea departe. Dar mai există şi o cale mai dreaptă, numită *responsabilitate personală*, şi fiecare membru al familiei poate păşi pe ea. Însă acest lucru se va întîmpla doar atunci cînd mama şi tata vor deschide drumul devenind nişte părinţi care nu caută scuze.

Capitolul 11

Abdicarea părintelui

> Părinţii de astăzi tind să fie mai pasivi şi mai puţin implicaţi în viaţa copiilor lor decît orice altă generaţie din istoria naţiunii noastre. Ei şi-au lăsat copiii pe mîna unor părinţi-surogat, artificiali.
>
> John MacArthur

Kristin, cea mai mare dintre copiii noştri, a fost mentor pentru tineri la o biserică ce organiza întîlniri săptămînale pe tot parcursul anului şcolar. Într-o seară, cînd Tina, o fată de 15 ani de care se ocupa Kristin, ieşea din maşina mamei sale la centrul de tineret, Kristin s-a dus să le salute. Ea şi mama Tinei au stat puţin de vorbă despre ceea ce urmau să facă adolescenţii în seara aceea. În timp ce Kristin se îndepărta împreună cu Tina, mama a strigat în urma lor prin portiera cu geamul coborît: „A, Kristin, nu vrei să vorbeşti puţin cu Tina despre prietenii pe care şi i-a ales?”.

Ei bine, lui Kristin, ca tuturor celor care lucrează cu adolescenţi, îi place să îi ajute să se descurce în viaţă. Dar o astfel de discuţie importantă nu este oare treaba *părintelui*?

Ştim cu toţii că, dacă mama respectivă chiar avea nevoie de colaborarea lui Kristin, ar fi trebuit să îi solicite ajutorul între patru ochi. Orice mentor pentru tineri îţi va spune că uneori mentorul poate avea o

discuţie mai deschisă cu un adolescent decît părintele acestuia. Totuşi, mult prea des se întîmplă ca părinţii să lase aceste discuţii esenţiale *exclusiv* în seama mentorului (sau a altor consilieri, profesori etc.). Dar nu aceasta este morala în cazul de faţă. Ideea acestei întîmplări este prevalenţa abdicării părintelui, care este o rudă nu foarte îndepărtată a învinovăţirii altor persoane şi a inventării unor scuze.

Părinţii ce renunţă la rolul lor de conducere acasă pun întrebări incorecte precum acestea:

- „De ce nu se ocupă cineva de problema hărţuirii la şcoală?”;
- „Cine o să-i înveţe pe copii despre siguranţa pe internet?”;
- „Cînd or să ofere şcolile mai multe programe de dezvoltare a caracterului?”;
- „De ce nu se fac eforturi mai mari pentru a-i informa pe copii despre pericolele reprezentate de droguri?”.

Părinţii excepţionali ştiu că organizaţiile de tineret precum cercetaşii, alături de preoţi, antrenori, consilieri şcolari, mătuşi, unchi şi bunici, pot fi nişte ajutoare nemaipomenite în educarea unui copil. Dar, în cele din urmă, părinţii responsabili înţeleg adevărul că este treaba *lor* să îl transforme pe copil într-un adult responsabil. Dacă la un moment dat am intra în casa cuiva care refuză să renunţe la rolul său de responsabil şi am întreba: „Cine are sarcina de a-i creşte pe copiii ăştia?”, răspunsul ar fi cu siguranţă „Eu!”.

Capitolul 12

Sînt cu ochii pe noi

> Copiii n-au ştiut niciodată să-i asculte pe cei vîrstnici, dar întotdeauna i-au imitat.
>
> James Baldwin

Auzind că sună telefonul, părintele strigă la copilul de 8 ani: „Zi că nu sînt acasă!”.

Peste zece ani, părintele strigă la adolescentul de 18 ani: „Unde ai învăţat să minţi?”.

Iată un principiu solid, care nu se schimbă niciodată:

Exemplul pe care îl oferi tu este cel mai influent dintre toţi profesorii.

Adesea auzim oameni învinuind staruri de la Hollywood, politicieni şi sportivi renumiţi pentru că nu reprezintă modele de comportament demne de urmat. „Cum îndrăznesc celebrităţile să cadă de pe piedestalurile lor şi să îl dezamăgească pe copilul nostru?”, se lamentează ei. (Bineînţeles, este vorba despre nişte piedestaluri pe care *noi* nu ar fi trebuit să îi ridicăm.) Unii părinţi chiar arată cu degetul spre profesori, antrenori, preoţi, vecini, rude şi prieteni de familie ca să „îi dea ca exemplu care să nu fie urmat”.

Cine este *cel mai important* model de comportament pentru copilul tău? Orice răspuns în afară de „Eu!” este o formă de învinovăţire a altora. Parentingul bazat pe întrebarea din spatele întrebării nu include folosirea altor persoane ca scuze pentru ceea ce este sau devine copilul nostru. Părintele excepţional care ştie cine este adevăratul model de comportament pentru copilul său pune următoarea întrebare din spatele întrebării: „Cum pot fi un exemplu mai bun astăzi?”.

Iată o idee – înainte de a ne face griji din cauza impactului negativ pe care l-ar putea avea cei din afara familiei asupra copiilor noştri, să ne gîndim la următoarele:

- dacă nu vreau ca fiul meu/fiica mea să scrie sms-uri în timp ce conduce, ar fi bine să nu o fac nici eu;
- dacă nu vreau ca fiul meu/fiica mea să meargă la filme interzise persoanelor sub 18 ani, nu ar trebui să mă uit nici eu la ele;
- dacă nu vreau ca fiul meu/fiica mea să folosească un limbaj vulgar, ar trebui să îmi controlez şi eu vocabularul;
- dacă nu vreau ca fiul meu/fiica mea să se plîngă de alţii, ar trebui să îmi mai temperez şi eu criticile;
- dacă nu vreau ca fiul meu/fiica mea să dea vina pe alţii, nu ar trebui să ţip la arbitru la meciurile juniorilor;
- dacă vreau ca fiul meu/fiica mea să facă mai multă mişcare fizică, ar fi bine să îmi şterg bicicleta de praf şi să plec la plimbare cu ea;
- dacă vreau ca fiul meu/fiica mea să fie o persoană prietenoasă şi sociabilă, ar trebui să fac cunoştinţă cu noii vecini;
- dacă vreau ca fiul meu/fiica mea să îşi administreze bine banii, trebuie să fac şi eu la fel.

Identifică acele comportamente pe care doreşti să le manifeste copilul tău şi apoi pune următoarea întrebare *din spatele* întrebării: „Ce pot face astăzi ca să adopt aceste comportamente în viaţa mea?”.

Nu uita, ei sînt cu ochii pe noi.

Capitolul 13

Nu uita niciodată cuvîntul *eu*

> Nu judecaţi, ca să nu fiţi judecaţi. Căci cu judecata cu care judecaţi veţi fi judecaţi şi cu măsura cu care măsuraţi vi se va măsura. De ce vezi paiul din ochiul fratelui tău şi bîrna din ochiul tău nu o iei în seamă?
>
> Matei 7,1-3

Cine este singura persoană pe care o poţi schimba?

Dacă te gîndeşti să spui *eu*, atunci eşti o persoană înţeleaptă. Dar iată altă întrebare-cheie: în timp ce citeai rîndurile de faţă, ţi-a venit în minte şi cine are *într-adevăr* nevoie de această carte?

Dacă te gîndeai *Cutare şi cutare au nevoie să citească asta!*, să ştii că nu eşti singurul. Un aspect interesant al acestui mesaj privind responsabilitatea personală este că majoritatea oamenilor sînt în favoarea ei, însă de obicei susţin practicarea ei *de către alţii*. Soţiile vor ca soţii lor să audă de ea; soţii vor ca soţiile să afle despre ea; managerii vor ca angajaţii să audă de ea; iar prietenii vor ca prietenii lor să afle – şi aşa mai departe.

Iată un principiu pe care unora le vine greu să îl accepte; cu toate acestea, credem că este cît se poate de adevărat:

Tindem să îi învăţăm pe alţii ceea ce avem nevoie să auzim noi înşine.

Atunci cînd John o întreabă pe Molly, care are 20 şi ceva de ani, „Oare chiar trebuie ca totul să fie o controversă? Nu poţi să fii şi tu de înţeles uneori?”, el ştie că faţa lui Molly – în acel moment – este oglinda lui.

Iar cînd Karen îl întreabă pe Michael, care are şi el tot vreo 20 şi ceva de ani, „Cînd o să-ţi administrezi mai bine timpul?”, faţa lui Michael este oglinda *ei*.

Oricum, există o soluţie pentru acest fenomen atît de uman de a încerca să îi schimbi pe alţii…

Ai observat că fiecare întrebare din spatele întrebării pe care am prezentat-o pînă acum nu doar începe cu „ce” sau „cum” – prima dintre cele trei indicaţii incluse despre care am vorbit în capitolul 3 –, ci conţine şi pronumele personal *eu*? În plus, din fiecare întrebare incorectă pe care am formulat-o lipseşte acest *eu*! De ce oare? Deoarece, oricît de mult ne-ar plăcea să credem altceva, *eu nu mă pot schimba decît pe mine*. Punct.

Nu, nu îl poţi obliga pe fiul tău, care vrea să fie ghid pentru excursiile de rafting pe cursuri repezi de munte, să vină să lucreze la compania ta.

Nu o poţi obliga pe fiica ta să facă parte din orchestra de paradă dacă ea preferă să fie pe teren şi să înscrie goluri pentru echipa de fotbal.

Şi nu, nu vă puteţi schimba unul pe altul – nici măcar nu mai încercaţi.

Sîntem adesea întrebaţi de părinţi: „Cum să îl *fac* pe copilul meu să fie mai responsabil?”. În aparenţă, pare o întrebare rezonabilă; cu toate acestea, răspunsul este unul pe care majoritatea părinţilor nu vor să îl audă: nu poţi. Da, putem să ne exprimăm aşteptările mai clar, să stabilim clar care vor fi consecinţele în caz de „nerealizare” şi să le aplicăm în mod ferm şi consecvent – toate practicile importante de parenting care au

potenţialul de a modela gîndirea şi comportamentele copiilor noştri. Dar nimeni nu poate *face* pe altcineva – la un nivel profund – să se simtă responsabil pentru ceva.

Abordarea cea mai concretă pe care ar putea-o adopta părinţii este să se schimbe întîi pe ei înşişi punînd întrebări care conţin cuvîntul *eu*, cum ar fi: „Cum pot *eu* să mă schimb?”, „Ce pot face *eu* ca să îmi însuşesc noi competenţe?” şi „Cum pot *eu* să dezvolt practici de parenting eficiente?”.

Deci ţine minte, atunci cînd formulezi întrebări din spatele întrebărilor, nu uita niciodată cuvîntul *eu*. Adevărul că eu nu mă pot schimba decît pe mine este esenţa responsabilităţii personale şi a întrebării din spatele întrebării.

Capitolul 14

Viaţa *este* dreaptă

> Confortul şi prosperitatea nu au îmbogăţit niciodată lumea atît de mult ca adversitatea.
>
> Billy Graham

Există întîmplări care chiar ne ajută pe toţi să înţelegem puterea responsabilităţii personale. Aceasta ne-a povestit-o prietenul şi asociatul nostru Kevin Brown, care cunoaşte în mod aprofundat metoda întrebării din spatele întrebării şi ştie cum să o aplice.

„Domnule Brown, doamnă Brown, fiul dumneavoastră are autism.”

Cuvintele doctoriţei au spart tăcerea şi ne-au străpuns inima. „Autismul este o tulburare neurologică ce afectează aproape un copil din 150…”, a continuat ea.

Nu am mai auzit ce a spus apoi. Creierul meu era prea ocupat să formuleze întrebări precum: „De ce ni se întîmplă asta?”, „Cine o să plătească tratamentele?”, „Cînd o să se termine toate astea?”, „De ce este viaţa atît de nedreaptă?!”.

Eram supărat.

După ce şocul iniţial s-a mai atenuat, eu şi soţia mea, Lisa, am început să adunăm cît mai multe informaţii despre autism. A fost un proces dificil. Au fost momente cînd am vrut să renunţăm. Au fost şi momente

în care stresul şi frustrarea erau palpabile în relaţia dintre noi. Nu am fost întotdeauna de acord în privinţa căii pe care să o alegem. Căsnicia noastră era pusă la încercare. Aş minţi dacă aş spune că nu au existat şi momente în care ne-am plîns de milă. Fiul nostru, Josh, nu va avea niciodată viaţa pe care ne-o imaginaserăm pentru el.

Asta s-a întîmplat acum nouă ani. Nu a fost deloc uşor, însă acum, cînd părinţii unor copii cu nevoi speciale ne roagă să le spunem care sînt „secretele succesului", le răspundem aşa: nu e nici un secret.

Copiilor cu nevoi speciale, ca tuturor copiilor, le trebuie o familie iubitoare în sînul căreia să poată deveni pregătiţi pentru viaţă. Sarcina noastră în calitate de părinţi ai lui Josh este să îl ajutăm să devină tot ce i-a hărăzit Dumnezeu. Eu şi Lisa am descoperit că în fiecare zi trebuie să alegem să ne asumăm responsabilitatea pentru rezultatele acţiunilor noastre ca părinţi. În fiecare zi trebuie să rezistăm ispitei de a arunca vina pe alţii şi de a ne transforma în victime. Lumea părinţilor unui copil cu nevoi speciale este plină de oameni care sînt gata să arate acuzator cu degetul spre sistemul de învăţămînt, spre doctori, spre companiile farmaceutice şi spre societate în general. „Este vina tuturor celorlalţi şi cineva trebuie să plătească!", zic ei. Le înţelegem frustrarea şi suferinţa; iar acest cerc vicios al deresponsabilizării nu face decît să irosească timp şi energie. Convingerea noastră este că trebuie să punem următoarea întrebare din spatele întrebării: „Cum pot fi cel mai bun părinte posibil?" – deoarece de asta are nevoie *Josh* cel mai mult.

Ştim că se vor găsi întotdeauna unii care să spună: „Totuşi, viaţa nu e dreaptă!". Ei bine, iată ce credem noi: viaţa *este* dreaptă… fiindcă *tuturor* li se pot întîmpla lucruri rele. Diferenţa constă mereu în ceea ce alegem să facem cu ea.

Atunci cînd eu şi Lisa vedem că sîntem pe punctul de a aluneca pe panta înşelătoare a acuzaţiilor, victimizării şi tergiversării, cînd sîntem stresaţi, panicaţi şi cînd ne simţim copleşiţi, căutăm în trusa noastră de părinţi întrebarea din spatele întrebării. Punînd întrebări mai bune, ca, de exemplu, „Cum pot fi mai răbdător?”, „Ce pot face ca să continui să învăţ?” şi „Cum îl pot sprijini pe partenerul meu de viaţă?”, nu doar facem alegeri mai bune, ci revenim pe drumul responsabilităţii personale.

Capitolul 15

Modestia întrebării din spatele întrebării

> Modestia şi cunoaşterea îmbrăcate în haine sărăcăcioase sînt mai presus de mîndria şi ignoranţa gătite în veşminte scumpe.
>
> William Penn

Derek, un prieten de familie în vîrstă de 20 de ani, era în vizită la noi. Pentru că îl cunoaştem bine, ne-am dat seama că îl rodea ceva. Cînd l-am întrebat ce se întîmplă, a izbucnit: „Tatăl meu – mă scoate din minţi!”.

Şi apoi ne-a povestit această întîmplare:

> Seara trecută tatăl meu şi-a invitat la cină un vechi amic cu care fusese coleg de facultate, Bruce. După ce am terminat de mîncat, stăteam toţi trei la masa din bucătărie, cînd Bruce a început să rîdă de ceva ce spusese tatăl meu şi l-a acuzat că este orgolios. Zîmbind cam strîmb, tatăl meu a spus: „Ce? Eu, orgolios? În nici un caz!”. Apoi s-a uitat la mine şi m-a întrebat: „Derek, sînt eu orgolios?”.
> Aşa că am răspuns imediat: „Aş prefera să nu mă amestec în discuţia asta”. Dar el a ripostat: „Nu, serios, nu e nici o problemă. Zi-mi ce crezi”.

„Ei bine, da – uneori poţi fi orgolios. Adică nu te-am auzit niciodată recunoscînd că ai greşit”.

După un moment de tensiune, tata a spus: „Ştii, băiete, şi eu aş putea face o listă cu defectele tale”.

Asta a durut.

Poate că tatăl lui Derek s-a simţit încolţit. Poate că era jenat. Sau poate că într-adevăr este orgolios. Nu vom şti niciodată ce l-a făcut să spună asta, dar cel puţin răspunsului său îi lipsea un aspect-cheie al parentingului eficient: modestia.

Un principiu esenţial în parentingul bazat pe metoda întrebării din spatele întrebării este următorul: modestia este piatra de temelie în leadership.

Fără nici o îndoială, calitatea de părinte este cel mai important rol de conducere pe care îl poate deţine cineva şi, ca lideri, Cory (în capitolul 3) şi Sheri (în capitolul 4) au dat dovadă de modestie atunci cînd i-au întrebat pe copiii lor: „Băieţi, ce pot face ca să vă fiu un tată mai bun?” şi „Cum îţi pot fi eu o mamă mai bună chiar în acest moment?”.

Pur şi simplu nu există nici un mod mai bun de a da dovadă de modestie în parenting decît punînd întrebări ca, de exemplu: „Cum pot deveni mai bun?” şi „Ce pot face altfel?”.

Pe lîngă întrebările din spatele întrebărilor, părinţii responsabili sînt un exemplu de modestie folosind cuvintele magice care ajută la dezvoltarea şi menţinerea unei relaţii sănătoase: „Îmi pare rău”. Ei nu aşteaptă scuze de la copiii lor dacă nici ei nu cer scuze niciodată.

Modestia şi părerea de rău sînt fundamentale pentru părinţii care doresc să aplice metoda întrebării din spatele întrebării şi pur şi simplu

este vital să le introducem în familia noastră. Un mic „Îmi pare rău, am greşit. Nu le ştiu chiar pe toate!” contează foarte mult.

Iată două întrebări din spatele întrebărilor pline de modestie: „Cum pot construi o relaţie mai bună cu copilul meu?” şi „Ce pot face ca să le demonstrez celor din jurul meu că sînt o persoană cu adevărat modestă?”.

Capitolul 16

Fii prezent

> Cînd creşti copii, investeşte în ei de două ori mai puţini bani şi de două ori mai mult timp.
>
> Autor necunoscut

Tara mai avea cîteva săptămîni pînă la absolvirea facultăţii, cînd John a scos-o în oraş să ia prînzul împreună. În timpul conversaţiei, el a întrebat-o oarecum pe un ton de glumă dacă acum, fiind adult, ea ar putea spune ce ar fi putut el să facă mai bine ca tată. „Tara, fac eu ceva care te scoate din sărite?”, a adăugat el, cu un zîmbet larg.

„Ei bine”, a răspuns ea, „cîteodată, cînd vorbesc cu tine, nu sînt sigură dacă eşti aici. Îmi doresc să fii efectiv cu mine atunci cînd sîntem împreună”.

A fi prezent. Categoric, ceea ce trebuie să facă mamele şi taţii – cu toate acestea, găsim tot felul de scuze ca să nu facem asta:

- „Trebuie să dau cu aspiratorul în living”;
- „Trebuie să termin raportul ăsta”;
- „Vreau să văd marele meci”;
- „Trebuie să mai trimit un e-mail!”.

Din cînd în cînd, părinţii pun întrebări incorecte: „De ce fiica mea nu vorbeşte cu mine?” şi „Cînd îmi va spune fiul meu ce se întîmplă în viaţa

lui?”. Este uşor să pună astfel de întrebări, ştim asta. Şi mai ştim că majoritatea părinţilor *vor* să stabilească o legătură cu copiii lor, dar îşi stau singuri în cale.

În timpul unui workshop despre cartea *Outstanding!* se discuta aprins despre capitolul referitor la ascultare. A venit vorba despre conceptul de multitasking, iar Tad, un tată şi soţ în vîrstă de 30 şi ceva de ani, a recunoscut cu sfială: „O, eu fac asta mereu cu soţia şi copiii mei. Cînd ajung acasă de la serviciu şi toţi vor să îmi povestească ce au făcut în ziua respectivă, mă sprijin de bufetul din bucătărie şi îmi verific e-mailul pe smartphone! Recunosc că nu prea sînt atent la ce îmi spun”.

Adevărul este că toată lumea face mai multe lucruri în acelaşi timp, dar iată care este problema aici:

Nu poţi avea mai multe gînduri în acelaşi timp.

Unii oameni nu pot accepta această idee deoarece mintea trece atît de rapid de la un lucru la altul, încît este uşor să crezi că într-adevăr faci bine mai multe lucruri odată. Realitatea este că probabil nu facem *nimic* bine în momentul acela.

Şi cu siguranţă nici nu *sîntem prezenţi*.

În parte, obiceiurile proaste cărora le-am permis să se strecoare în viaţa noastră ne împiedică să fim prezenţi, alături de copiii noştri. Mai important, prea adesea nu reuşim să înţelegem că este *datoria noastră* să le fim – în măsura posibilului – cu adevărat alături. Dacă acceptăm această responsabilitate ca părinţi, atunci trebuie să acceptăm şi acest adevăr: copiii vorbesc cu noi atunci cînd vor *ei*, iar momentele cînd vor să ne împărtăşească ceva nu se potrivesc totdeauna cu programul nostru!

În casa familiei Miller, tocmai cînd cei mari vor să se culce, adesea se întîmplă ca adolescentul să înceapă să vorbească – deşi am fost împreună

toată seara! Iar uneori, cînd credem că nu am făcut decît să îl rugăm pe unul dintre copiii noştri să ne ajute să zugrăvim o cameră ori să amenajăm curtea, de fapt le-am creat ocazia să ne vorbească despre ceea ce se întîmplă în lumea lor, în timp ce facem treabă unul lîngă altul.

A fi împreună, a munci împreună şi a face activităţi comune – toate acestea te ajută să fii prezent şi să asculţi. Cu toate acestea, unele familii au ridicat bariere care îi împiedică pe membrii lor să comunice acasă. Copiilor li se permite să petreacă ore la rînd singuri în camerele lor, masa de seară se serveşte pe fugă, iar membrii familiilor rareori se adună să facă ceva împreună. Este greu să fim prezenţi pentru ceilalţi atunci cînd nici măcar nu sîntem în aceeaşi cameră cu ceilalţi!

Conform unui cuplu, a fost totuşi şi o parte bună în faptul că fiul lor de 12 ani a intrat puţin în bucluc. Adulţii au ales să îi confişte numeroasele gadgeturi pentru un timp, astfel încît el nu prea mai avea ce să facă, în afară de teme şi de interacţiunea cu părinţii săi. Peste două zile le-a spus că îi place să îşi petreacă timpul cu ei şi că sînt totuşi „destul de cool”.

Ăsta da compliment!

În cele din urmă, părinţii responsabili aleg să fie prezenţi pentru copiii lor, ştiind că *toată familia va avea de cîştigat*. Ei pun întrebări din spatele întrebărilor ca, de exemplu: „Cum pot fi un mai bun ascultător?” şi „Ce pot face ca să creez o legătură mai strînsă cu copilul meu?”.

Părinţii sînt nişte oameni ocupaţi. Înţelegem asta. Dar hai să le facem copiilor noştri promisiunea că, atunci cînd vor vorbi cu noi, vom fi aici – şi să o respectăm.

Capitolul 17

Cum să devii un părinte puternic

> Dacă nu ne modelăm copiii, ei vor fi modelaţi de forţe exterioare cărora nu le pasă ce formă vor adopta copiii noştri.
>
> Dr. Louise Hart

Cu ani în urmă era un serial la televizor care se chema „Charles este şeful”. Mulţi dintre părinţii de astăzi probabil că l-au urmărit cînd erau copii. Din păcate, există astăzi şi părinţi care şi-ar putea intitula familia „Copilul este şeful”.

Tocmai ne aşezaserăm la masă în restaurantul nostru favorit, Olive Garden, cînd am observat un cuplu cu un copil mic care stăteau lîngă noi. Copilul ţinea strîns în mîini un avion de jucărie din cauciuc. Pe cînd chelnerul ne lua comanda, ne-a atras atenţia un zgomot puternic. Întorcîndu-ne către tînăra familie, am văzut că băieţelul ridica jucăria deasupra capului şi apoi o izbea de masă cu atîta forţă încît paharele cu apă ale părinţilor săi tremurau şi se uita lumea la ei. Apoi, ca un fierar care îşi lucrează unealta pe nicovală, micuţul ridica avionul de jucărie şi îl izbea iar de masă, ţipînd cît îl ţinea gura.

În acest timp, adulţii de la aceeaşi masă – care păreau frustraţi şi un pic jenaţi – evitau privirile celorlalţi clienţi. Dar nici nu prea se chinuiau să pună capăt gălăgiei.

Tocmai cînd ne gîndeam că era momentul să îi ia jucăria şi să îi şoptească adorabilului copilaş un „Nu” ferm – şi poate chiar să îl scoată pe hol, să stea puţin la colţ pînă se calmează –, şi-a scăpat avionul jos. Manifestînd toate comportamentele pe care le foloseşte un copil mic ca să obţină ceea ce vrea, a început să facă un mic scandal. Toate speranţele noastre că tărăboiul avea să se oprească au fost spulberate atunci cînd mama sa a ridicat jucăria şi a început să se joace cu ea, arătîndu-i „cum zboară avionul” şi scoţînd sunetele pe care le-ar produce un avion, şi apoi „a aterizat” avionul tot în mîinile fiului ei. Apoi el l-a ridicat deasupra capului şi l-a izbit iar de masă.

Cine este şeful aici?

Atît lucru ştim şi noi: fiecare părinte îşi creşte copiii în felul său. Există stiluri, abordări, convingeri şi valori diferite. Nu există două familii la fel, iar acest lucru este valabil în mod special atunci cînd vine vorba de modelarea comportamentului unui copil. Sau, altfel spus: *disciplinarea*. Cu siguranţă, nu este treaba noastră să apreciem dacă alţi părinţi îşi disciplinează copiii într-un mod corect sau incorect. Oricum, cu riscul de a simplifica prea mult ceea ce poate fi un aspect foarte complex şi controversat, sugerăm că, atunci cînd vine vorba de subiectul disciplinei, există două tipuri de parenting: slab şi puternic.

Povestea cu copilaşul care izbea cu avionul în masă este una despre un parenting *slab*. Cu alte cuvinte, copilul „era şeful” cu permisiunea mamei şi tatălui lui. Cînd băieţelul se comporta nestînjenit aşa cum voia el – în momentul acela –, era „propriul şef”. În esenţă, tati şi mami renunţaseră la rolurile lor de conducere ca părinţi.

Apoi mai este şi parentingul *puternic*, caracterizat de o abordare consecventă, *iubitoare, dar fermă*, care să îi înveţe pe copii că părintele este principala autoritate din lumea lor. Părinţii puternici înţeleg că scopul

fundamental al disciplinării este, în timp, să sădească *auto*disciplina în copil. Ei nu renunţă la această responsabilitate găsind scuze aşa cum sînt „Sînt prea obosit”, „Nu este momentul potrivit” ori „Este prea greu”. În plus, nu ar afirma niciodată: „Nu ştiu cum să îi disciplinez” de vreme ce părinţii puternici ştiu că pot învăţa să fie astfel.

Iată care este realitatea: cei mai mulţi părinţi ar *zice* că disciplina este bună, însă de la zis pînă la *făcut* e cale lungă. Considerăm că problema pentru mulţi părinţi nu este a şti *cum* să îi disciplineze pe copii (chiar dacă este important), ci a avea *dorinţa de a-i disciplina* şi a şti *cînd să îi disciplineze*. Aceasta ne interesează cel mai mult: să îi ajutăm pe părinţi să vrea să adopte un stil de parenting puternic şi să îşi dea seama cu adevărat cînd este momentul potrivit pentru aceasta. Ei pot învăţa cum să procedeze pentru ca disciplinarea să fie eficientă din nenumăratele cărţi, podcasturi, site-uri şi cursuri care îi ajută pe părinţi să aleagă ce tehnici şi metode să aplice. Vă rog, profitaţi de numeroasele resurse care sînt la îndemîna părinţilor astăzi.

Dorinţa unei mame sau a unui tată de a-şi disciplina copiii se întemeiază pe cunoaşterea faptului că aceştia din urmă sînt creaţia noastră şi că noi avem *faţă de ei* responsabilitatea de a fi cei mai buni părinţi posibili. Părinţii puternici ştiu că este datoria lor – cea pe care şi-o aleg singuri – să îşi modeleze copilul cu fermitate pe măsură ce acesta creşte. Ei ştiu că, deşi disciplinarea poate să fie obositoare şi să consume mult timp, toţi cei implicaţi vor avea de cîştigat. Ideea de bază este că părinţii excepţionali se autodisciplinează pentru a-şi disciplina copilul. Nu se tem să fie fermi deoarece ştiu că *aşa trebuie să facă.*

În ceea ce priveşte *momentul* potrivit pentru disciplinarea copiilor, îi sugerăm oricărei mame sau oricărui tată să utilizeze „D-urile Disciplinei” pentru a-i ajuta să îşi dea seama cînd este cazul să fie un părinte puternic.

Pentru părinţii care vor să aplice o disciplinare consecventă, oportună şi eficientă, iată cîteva întrebări-cheie ce trebuie puse atunci cînd o impune situaţia:

- *dezobedient*: „Copilul meu nu ascultă pe cineva cu autoritate?”;
- *distructiv*: „Copilul meu strică obiecte?”;
- *deranjant*: „Copilul meu îi face pe alţii să îşi piardă concentrarea?”;
- *dezordonat*: „Copilul meu provoacă dezordine în jur?”;
- *dăunător*: „Copilul meu îi expune pe alţii la riscuri?”;
- *dispreţuitor*: „Copilul meu se poartă nerespectuos cu oamenii?”.

Răspunsurile afirmative la oricare dintre aceste întrebări ne spun că este momentul să aplicăm un stil de parenting puternic şi responsabil. Deci, în loc să punem o întrebare incorectă care sună ceva de genul „De ce nu vrea copilul meu să se poarte frumos?”, hai mai bine să formulăm întrebări din spatele întrebărilor precum:

- „Ce pot face ca să deprind noi aptitudini parentale?”;
- „Cum pot cîştiga respectul copilului meu?”;
- „Ce pot face mai bine ca să înţeleg rolul unui părinte puternic?”.

Capitolul 18

Ocupă-te de lucrurile dificile!

> Să nu încetăm de a face binele, căci vom secera la timpul său, dacă nu ne vom lenevi.
>
> Galateni 6,9

- „De ce este fiica mea atît de neascultătoare?”
- „Cînd o să înceteze fiul meu să mă scoată din minţi?”
- „Cine o să mă scape de copiii ăştia?!”

Atunci cînd părinţii pun întrebări incorecte, ca acestea – în esenţă, „De ce copilul nu reuşeşte să se controleze?” –, s-ar putea ca motivul să fie că *părintele* nu deţine controlul. Este clar pentru oricine că fiul tău sau fiica ta te controlează pe tine dacă:

- copilul tău te întrerupe continuu cînd vorbeşti cu alţi oameni;
- copilul tău se plînge o grămadă, ştiind că, deşi ai spus „Nu”, în cele din urmă acesta se va transforma într-un „Da”;
- inventezi scuze pentru relele comportamente, orice de la „E obosită!” pînă la „E încăpăţînat!”;
- cînd le spui copiilor tăi să nu facă ceva, ei tot fac acel lucru deoarece nu îi pedepseşti dacă nu te ascultă, aşa cum îi ameninţi;
- fiului tău sau fiicei tale i se permite să vorbească urît cu tine;

- orice pedepse pe care le impui pentru comportamentele urîte sînt anulate după scurt timp sau nu mai sînt aplicate niciodată.

Este o certitudine că ne iubim copiii, că ne facem griji pentru ei şi că vrem să reuşească în viaţă. Le arătăm că îi iubim străduindu-ne să îi ferim de pericole – maşini, sobe încinse şi străini suspecţi. Însă părinţii care aplică metoda întrebării din spatele întrebării demonstrează că îşi iubesc copilul şi dacă *nu* pun în practică scenariile de parenting slab descrise mai sus. Este nevoie atît de sîrguinţă, cît şi de vigilenţă pentru a fi un părinte puternic şi responsabil, dar asta nu este o problemă de vreme ce nimeni nu face copii ca să se ferească apoi de eforturi şi dificultăţi!

Fii un părinte puternic. Ocupă-te de lucrurile dificile acum.

Capitolul 19

Parentingul puternic începe cu valori puternice

> Virtutea unui om ar trebui să fie măsurată nu după eforturile sale extraordinare, ci după comportarea sa de zi cu zi.
>
> Blaise Pascal

Cînd Karen era mică, tatăl său o întreba adesea: „Ai mai sunat-o pe bunica ta?”. Era felul lui de a-i spune lui Karen că pentru el era important ca ea să ţină legătura cu părinţii părinţilor ei, că era ceva pe care el punea preţ. Adoptînd şi ea această valoare, Karen i-a încurajat pe copiii noştri să facă la fel.

Părinţii fac o grămadă de lucruri importante, însă poate că nici unul atît de important ca transmiterea valorilor lor către cei mici. Iar secretul transmiterii valorilor noastre îl reprezintă consecvenţa, repetiţia – şi găsirea acelor momente propice pentru a-i învăţa pe cei mici.

Terri şi Brady sînt nişte părinţi puternici şi eficienţi care îşi doresc mai mult ca orice să le insufle copiilor valorile lor. Într-o zi, Morgan, fiica lor cea mai mare, ce este la gimnaziu – perioadă în care copiii încep să îşi dea seama ce valorizează părinţii lor, copiii de vîrsta lor şi ei înşişi – a venit la Terri şi a întrebat-o dacă poate merge la film cu prietenii săi. După cum s-

a dovedit, prietenii lui Morgan erau deja la cinematograf *şi* îi cumpăraseră şi ei bilet! Morgan s-a rugat de mama ei să o lase să meargă. Dîndu-i o grămadă de motive pentru care ar fi trebuit să i se dea voie, a adăugat: „Nu e interzis decît copiilor sub 13 ani”.

Terri a dus-o apoi pe Morgan la computer, unde au căutat filmul pe un site care îi ajută pe părinţi să discearnă ce filme sînt potrivite. După ce au citit exact ceea ce plasa filmul într-o anumită categorie, Terri s-a întors către Morgan şi a întrebat-o: „Crezi că, pe baza convingerilor şi valorilor familiei noastre, acesta este un film pe care ar trebui să îl vezi?”.

Morgan a mai încercat să protesteze puţin, dar apoi a conchis: „Nu, ar trebui să nu merg la filmul ăsta”.

S-a simţit jenată cînd le-a spus prietenilor săi că nu poate merge? Da. Însă, ca un părinte responsabil, Terri s-a folosit de această ocazie ca să confirme sentimentele lui Morgan, dar *şi* ca să susţină valorile familiei lor – lucru nu întotdeauna uşor de făcut.

Fiecare părinte acordă importanţă altor principii, acţiuni şi forme de „succes”. De exemplu, noi credem că în sporturile pentru tineret contează să îţi dezvolţi anumite abilităţi, să faci mişcare fizică, să creezi relaţii şi să înţelegi puterea muncii în echipă. Alţi părinţi cred că în sporturile pentru tineret contează doar să cîştigi. Nu este nici o problemă, avem valori diferite. De asta vei vedea pe o maşină un indicator autocolant pe care scrie „Mîndru părinte al unui student eminent”, iar pe următoarea maşină „Băiatul meu joacă fotbal în echipa universităţii!”. Sincer vorbind, iată două care ne plac la nebunie cînd le vedem: „Copilul meu este foarte politicos!” şi „Copilul meu este respectuos!”.

Da, fiecare dintre noi are alte valori. Categoric, nu este treaba noastră să îi spunem cuiva ce să preţuiască, însă îţi spunem totuşi să fii sigur de valorile tale, să le împărtăşeşti şi, bineînţeles, să le respecţi şi tu.

Iată cîteva întrebări din spatele întrebărilor pe care le puteţi pune:

- „Ce pot face ca să fie clar ce anume preţuiesc?”;
- „Cum îl pot învăţa mai bine pe copil valorile mele?”;
- „Ce pot face ca să îi învăţ pe copiii mei să facă alegeri bune?”;
- „Cum îmi pot defini «absoluturile»?”.

Capitolul 20

Permisivitatea interzisă

> În cele din urmă, nu contează ce faci pentru copiii tăi, ci ce i-ai învăţat să facă singuri pentru ei.
>
> Ann Landers

O mamă a doi copii i-a mărturisit lui Karen: „Cred că am învăţat-o ceva rău pe fiica mea”.

Apoi a continuat: „O bat încontinuu la cap să îşi facă ordine în cameră, iar cînd m-am enervat foarte tare pe ea şi i-am spus: «De ce nu faci ce îţi spun atunci cînd îţi spun?», fiica mea a răspuns calm: «De ce aş face-o? Ştiu că, după ce îmi spui de două ori să fac ceva, te apuci să o faci chiar tu»”.

Părinţii slabi sînt permisivi cu copiii lor. Îi lasă să scape uşor sau îi acoperă – făcînd efortul mental, emoţional şi fizic pe care *ei* ar trebui să îl facă.

Mulţi părinţi vor să fie suporteri entuziaşti ai copiilor lor, transmiţîndu-le în mod constant mesajul „Sînt de partea voastră!” – dar această abordare a parentingului poate ajunge la un nivel la care părinţii devin nesănătos de permisivi. Atunci cînd o fată de la liceul unde învaţă fiica noastră a fost exmatriculată pentru că s-a bătut cu alt elev, mama sa a venit în biroul directorului şi s-a apucat să ţipe atît de tare la administrator, încît elevii o puteau auzi pe toate holurile.

Adevărul este că părinţii puternici îi susţin pe copiii lor, însă îi lasă să suporte consecinţele propriilor fapte şi „să îşi poarte singuri războaiele”.

Ei, dacă băieţelul nostru de 3 ani este bruscat de unul de 4 ani în parc, intervenim. Aceasta nu este o situaţie în care să stăm să ne uităm, gîndindu-ne: *Hmm, să vedem cum se descurcă.* Cu toate acestea, undeva, pe parcursul acestei călătorii, părinţii eficienţi încep să înţeleagă cînd să facă un pas în spate şi să îl lase pe copilul lor să greşească, să rezolve o problemă ori să facă faţă unei crize relaţionale. Dacă nu facem asta, cum să crească? Părinţii eficienţi ştiu că eşecul este o componentă inerentă a procesului de creştere şi, uneori, îl lasă pe copilul lor să eşueze.

Există multe motive pentru care unii părinţi sînt permisivi cu copiii lor, dar ne vom concentra aici doar asupra soluţiilor, formulînd întrebări din spatele întrebărilor precum „Ce pot face ca să îmi ajut copilul să crească?” şi „Cum pot descoperi modalităţi de a-l susţine pe copilul meu fără să fiu permisiv?”.

O cale sigură de a înceta să mai procedăm astfel este învăţînd să ne dăm seama de la o poştă cînd un copil inventează scuze. Am vorbit despre ce înseamnă a fi un părinte care nu caută scuze *şi* despre a fi un exemplu de comportament pentru copiii noştri. Mamele şi taţii nu trebuie doar să elimine scuzele din stilul lor de parenting şi să refuze să se complacă în învinovăţirea altora, ci nu trebuie *să accepte* nici scuzele inventate de copii. De fiecare dată cînd acceptăm o scuză pe care ne-o serveşte copilul nostru, îl învăţăm să facă pe victima, să amîne ceea ce are de făcut şi să arate cu degetul spre alţii. Iar rezultatul nu este bun deloc: un tînăr care nu îşi asumă responsabilitatea pentru faptele sale şi refuză să accepte consecinţele acestor fapte.

Fiica noastră Jazzy este o elevă excepţională. În parte deoarece vrea să exceleze – şi de obicei reuşeşte. Atunci cînd a luat o notă mai mică la un

test pentru clasa a VIII-a, primele cuvinte pe care le-a pronunţat au fost: „Testul ăsta n-a fost corect!”. Cînd am întrebat-o ce vrea să spună cu asta, a răspuns: „Am crezut că profesorul o să ne dea alte subiecte, nu astea pe care le-a ales”.

Aşadar, fiindcă *ea* nu s-a pregătit cum trebuie pentru examen, *este vina profesorului*?

„Jazz”, i-am spus noi, „trebuie să ştii *toată* materia”.

Părinţii pot întrerupe ciclul nesănătos al permisivităţii atunci cînd îl lasă pe copil să suporte consecinţele fireşti ale faptelor sale. Din nou, dacă siguranţa copilului este în pericol – cum este situaţia unui copil mic care aleargă către o stradă aglomerată –, intervenim rapid! Dar, dacă un copil de 12 ani a tot amînat să îşi facă planşa pentru proiectul de la şcoală pînă în ultima clipă, părintele care aplică metoda întrebării din spatele întrebării *nu* îl salvează pe copil. În cazul în care copilul nostru ia o notă proastă, asta este. Însă, pe lîngă rezultatul dezamăgitor, va învăţa o lecţie – o lecţie care poate îl va face să procedeze cum trebuie data viitoare.

Ăsta este adevărul: părinţii care aplică metoda întrebării din spatele întrebării îi lasă pe copiii lor să aibă şi eşecuri, nu mint pentru ei, nu îi acoperă şi cu siguranţă nu caută şi nu acceptă niciodată scuze pentru comportamentul copiilor lor. Pentru binele lor şi al nostru, trebuie să ne întrebăm: „Ce pot face ca să îi las pe copiii mei să înveţe din greşelile lor?” şi „Cum îl pot ajuta pe copilul meu să îşi asume responsabilitatea pentru rezultatele pe care le obţine?”.

Cînd ne educăm copiii să fie responsabili, dispuşi şi capabili să spună: „Eu sînt de vină!”, atunci ne-am făcut cu adevărat treaba şi am crescut nişte copii minunaţi.

Capitolul 21

Ridică nivelul aşteptărilor

Răzvrătirea adolescenţei mele este eleganţa.

Rebecca McKinsey

Venise vremea ca fiica noastră Tara să facă şcoala de şoferi. Cînd se înscriau pentru aceste cursuri, Karen şi Tara l-au văzut pentru prima dată pe instructor. După ce s-au făcut prezentările, el s-a întors către Tara şi a întrebat-o: „Obişnuieşti să mai bei?”.

Tara, luată prin surprindere de această întrebare, a spus imediat: „Nu”.

Instructorul i-a răspuns: „O s-o faci. Droguri ai încercat?”.

Din nou: „Nu!”.

Iar tipul a spus iar: „O s-o faci. Mergi la petreceri?”.

Nevenindu-i să creadă, Karen a întrebat: „Este vreun motiv pentru care puneţi toate aceste întrebări?”.

Bărbatul a răspuns: „Toţi adolescenţii fac aceste lucruri”.

După cîteva clipe de tăcere stînjenitoare, Karen şi Tara s-au scuzat politicos, s-au îndreptat spre maşină – şi nu s-au mai întors niciodată.

Nu am fi surprinşi dacă ai gîndi: *Ce-i cu tipul ăsta?* Sau poate gîndeşti: *Are dreptate!*

Ei bine, noi credem că nu are dreptate. După părerea noastră, acest om nu doar subscrie la stereotipurile pe care oamenii le acceptă în mod curent despre tinerii noştri, ci chiar le propagă.

Probabil că ai mai auzit afirmaţii ca acestea:

- „Toţi adolescenţii sînt insolenţi şi lipsiţi de respect”;
- „Adolescenţii sînt leneşi şi nu vor să muncească”;
- „Fiecare adolescent se revoltă”;
- „Toţi adolescenţii fac sex înainte de căsătorie”;
- „Adolescenţii nu vor decît să se distreze”.

Dacă lăsăm aceste neadevăruri să se strecoare în practicile noastre de parenting, îi dezamăgim pe toţi. Da, maturizarea poate fi dificilă şi anii adolescenţei pot fi un chin pentru unii, dar nu ar trebui să folosim aceste fapte drept scuze ca să nu fim nişte părinţi puternici. Este datoria noastră să aşteptăm de la copiii noştri un nivel superior de comportament şi nu e imposibil.

Credem că *înţelepciunea este ceea ce învăţăm după ce le ştim pe toate*. Deci, fiind părinţi de atîţia ani, credem că le putem oferi tuturor taţilor şi mamelor acest sfat: alegeţi-vă bătăliile pe care vreţi să le purtaţi. Nu tot ce ne iese în cale merită să cheltuim timp, efort şi energie. Oricum, putem spune cu mîna pe inimă că lupta împotriva stereotipurilor pe care le promovează societatea despre tinerii de astăzi este categoric o bătălie pe care merită să o alegem.

Fiica noastră Kristin ne-a povestit această întîmplare:

> Cînd sora mea Tara avea 11 ani şi eu tocmai împlinisem 13, ne certam foarte des. Acum sîntem prietene, dar pe vremea aceea… *păzea!* Într-o zi ne-am certat din nou şi am spus nişte răutăţi, Tara mi-a răspuns cu aceeaşi monedă şi apoi a început să plîngă. M-am uitat la ea, am fugit pe hol şi am trîntit uşa camerei mele – *tare*. Şi ce a făcut Tara? M-a pîrît mamei.

Aşa că mama ne-a pus să ne aşezăm amîndouă la masa din bucătărie, urmînd, credeam noi, să ne facă morală. Atitudinea mea obraznică reieşea clar din faptul că stăteam cu braţele încrucişate şi cu privirea întoarsă. Lîngă mine, Tara suspina.

Mama s-a uitat la noi şi mi-a atras imediat atenţia. Nu a ţipat la noi, nici nu s-a apucat să enumere toate prostiile pe care le făcuserăm. Privind retrospectiv acum, după mulţi ani, a profitat de cearta noastră ca să ne înveţe nişte lucruri înţelepte.

„Ştiţi ce, fetelor? Eu şi tata nu o să mai tolerăm chestii de genul ăsta. Intraţi amîndouă în acea perioadă a vieţii în care societatea spune că veţi fi lipsite de respect, încăpăţînate şi egoiste. Treceţi printr-o grămadă de schimbări, iar lumea o să vă spună cum ar trebui să fiţi, cum se poartă *toţi* adolescenţii. Vreau să vă spun amîndurora că nu trebuie să fiţi aşa. Puteţi alege să vă conformaţi stereotipurilor despre adolescenţi sau puteţi să vă ridicaţi mai presus de ele şi să fiţi altfel. Cu siguranţă, viaţa alături de mama şi de tata va fi mult mai uşoară dacă *nu* vă conformaţi acestor stereotipuri.”

Şi, oricît de dezinteresată am încercat să par în ziua aceea, mama atinsese o coardă sensibilă. Voiam să fiu altfel, iar Tara voia acelaşi lucru. Este adevărat, doar pentru că cineva împlineşte 13 ani nu înseamnă că trebuie să îşi urască brusc părinţii, să se plîngă că viaţa e nedreaptă şi să aibă acea „atitudine”. Lecţia mamei a fost bună.

Realitatea este că adesea copiii noştri devin ceea ce ne aşteptăm să devină. Aşadar, nu ar fi mai bine ca părinţii să aibă aşteptări mari? Este foarte probabil ca *ele să dea roade*. Părinţii excepţionali nu acceptă în mod pasiv stereotipurile lumii referitoare la tineri. Ştiind că răspunsurile sînt întotdeauna conţinute în întrebare, ei formulează aceste interogaţii:

„Cum pot să îi sprijin cel mai bine pe copiii mei fără să fiu de acord cu ceea ce zice lumea?” şi „Ce pot face ca să am aşteptări mai mari şi să i le comunic copilului meu?”.

Capitolul 22

Încurajarea întrebării din spatele întrebării

> Din gura voastră să nu iasă nici un cuvînt rău, ci numai ce este bun, spre zidirea cea de trebuinţă, ca să dea har celor ce ascultă.
>
> Efeseni 4,29

Pe punctul de a participa la prima sa întrecere sportivă, copilul îi spuse mamei lui: „Mamă, vrei să zici că, dacă într-adevăr cred în mine, pot cîştiga această cursă?”. Ea îi răspunse cu înţelepciune: „Fiule, dacă tu crezi în tine, deja ai cîştigat”.

Încurajarea e importantă. Iar vîrsta copilului nu contează.

După mai mult de 20 de ani după ce Karen a plecat de acasă, mama sa i-a zis: „Eşti aşa de drăguţă cu oamenii în vîrstă – am văzut cum te porţi cu ei. Poate ar trebui să lucrezi ca voluntar la un centru de îngrijire pe termen lung”. Karen recunoaşte că a fost încîntată cînd mama sa a făcut acest comentariu. Îşi aduce aminte cît de bine s-a simţit cînd a auzit aceste cuvinte.

Dacă vorbele de încurajare îi fac plăcere unei mame ce are şapte copii atunci cînd i le spune mama *ei*, gîndeşte-te ce înseamnă pentru copii atunci cînd încă îi ajutăm să se maturizeze.

Într-o seară de iarnă din 1976, John era pe salteaua de lupte la liceul său, în Ithaca, New York, participînd la un meci de şase minute. În faţa unui public numeros, din care făcea parte şi tatăl său, Jimmy Miller, care era antrenorul de lupte de la Cornell University, John cîştiga fără efort lupta împotriva unui adversar mai tînăr. La sfîrşitul primei reprize de două minute conducea detaşat cu 11-2!

Dar în primele secunde ale cele-i de-a doua reprize John a făcut o mare eroare tactică şi, înainte să îşi dea seama, era pe spate ţintuit la pămînt de celălalt băiat. Arbitrul a lovit salteaua şi totul s-a terminat. John, care era în clasa a XII-a şi căpitanul echipei, fusese ţintuit la pămînt de un… *puşti de clasa a X-a*!

Publicul care îl susţinea era şocat. John era devastat.

Mai tîrziu în aceeaşi seară, pe cînd John şi tatăl său ieşeau din sala de sport, Cheryl, care era într-a IX-a, s-a apropiat cu entuziasm avînd în mînă programul serii şi un pix. I-a cerut lui John să îi dea un autograf. Cam fără tragere de inimă, el s-a conformat. *De ce ar fi vrut ea un autograf dacă el pierduse meciul?*

După ce Cheryl a plecat, John şi Jimmy au rămas singuri. Profitînd de ocazie, tatăl lui John a spus ceva care a rămas întipărit în mintea băiatului pînă astăzi: „Ştii, Johnny, fata aia te priveşte astăzi ca pe un erou *pentru simplul fapt că eşti tu*”.

Cu aceste cuvinte spuse la momentul oportun, Jimmy l-a ajutat pe John să îşi revină cînd avea moralul la pămînt – iar John nu a uitat niciodată asta.

A-i încuraja pe copiii noştri nu înseamnă a-i bombarda cu laude nemeritate. Scopul nu este să reformulăm eşecul sau chiar mediocritatea. Dacă înţelegi acest lucru, atunci cînd este momentul să îi ridici moralul copilului tău, trebuie să hotărăşti ce vei spune, cînd şi cum o vei spune –

însă, sincer vorbind, majoritatea părinţilor trebuie să ofere mai multe încurajări.

O mamă ce se străduieşte foarte mult să deprindă noi competenţe ca părinte ne-a împărtăşit o greşeală pe care abia acum îşi dă seama că a făcut-o. Fiica sa i-a arătat carnetul de note, în care avea cinci de 10 şi un 8 şi mama îşi aminteşte că i-a lăsat să-i scape următoarea remarcă: „Dar, draga mea, ştim că poţi şi mai mult decît atît”.

Sună cam ca vorbele acelui tată al cărui fiu i-a spus că a terminat de tuns gazonul, ca să audă în replică: „Ai măturat şi trotuarul?”.

Sau părintele care îşi lasă copilul preşcolar să pună masa ori să facă patul pentru prima dată, dar se duce imediat după el, corectîndu-l şi arătîndu-i copilului „cum se face corect”.

Părinţii puternici şi responsabili înţeleg puterea laudelor lor la adresa copiilor. Ei ştiu că vorbele de încurajare spuse unui copil pot rămîne în mintea acestuia toată viaţa. Aceşti părinţi pun întrebări din spatele întrebărilor precum: „Cum pot deveni un părinte care îşi încurajează mai mult copiii?” şi „Ce pot face ca să îi ridic moralul copilului meu astăzi?”.

Capitolul 23

Lasă-i să fie ei înşişi

> A fi tu însuţi într-o lume care încearcă tot timpul să te transforme în altceva este cea mai mare realizare.
>
> Ralph Waldo Emerson

În timpul unui workshop despre metoda întrebării din spatele întrebării cu vreo zece directori executivi de la diferite companii, unul dintre participanţi a anunţat: „O să îl iau cu mine pe fiul meu într-o călătorie în jurul lumii peste două săptămîni. Tocmai a absolvit la Yale!”. John s-a gîndit: *Ce grozav e că or să petreacă timp împreună, sărbătorind absolvirea facultăţii, doar ei doi, tatăl şi fiul!* John a fost apoi oarecum surprins de următorul comentariu al directorului: „Da, îl iau cu mine în jurul lumii ca să îl conving să intre şi el în afacerea familiei noastre!”.

Nu e uşor să fii părinte şi copiii nu vin la pachet cu manuale de utilizare. Ne perfecţionăm „la locul de muncă” în fiecare zi – dacă alegem să o facem. Sau putem face aceleaşi greşeli pe care le fac mulţi părinţi – de exemplu, încercăm să îi determinăm pe copiii noştri să fie ceea ce vrem noi să fie.

Există o poveste despre singurul nostru fiu, Michael, în *Flipping the Switch*. Deoarece John a făcut lupte şi lui Karen îi place foarte mult să se uite la sport, ne-am gîndit amîndoi că Michael avea să practice şi el lupte.

Însă ne-am dat seama că nu era nici o speranţă că ar mai putea urma altă generaţie de luptători în familia noastră atunci cînd John l-a dus pe Michael, care avea 8 ani, la primul şi singurul său antrenament. Cînd „bărbaţii” ei s-au întors acasă în seara aceea, Karen l-a întrebat pe Michael: „Cum a fost? Ţi-a plăcut?”. El a strîmbat din nas şi a zis: „Mami, ştiai că băieţii ceilalţi sînt transpiraţi?!”.

Asta a fost tot. Nu a vrut să mai pună niciodată piciorul pe o saltea de lupte. Oricum, datorită talentului său actoricesc, muzical şi comic, ne-am trezit că ne uităm cum se desfăşoară pe scenă.

După ce John a povestit această istorie în faţa unui public, o femeie a venit la el şi a spus: „Îmi doresc foarte mult să înveţe şi nepotul meu metoda întrebării din spatele întrebării”.

Cînd John a întrebat de ce, ea a zis: „Pentru că nepotul meu are un băiat de 16 ani care vrea să cînte la oboi, dar tatăl său vrea ca el să joace fotbal. Iar pentru că băiatul nu vrea, nepotul meu spune că fiul lui e o «fetiţă»”.

Există consecinţe atunci cînd părinţii se apucă să pună tot felul de etichete în batjocură, sperînd în mod eronat că astfel îi vor motiva pe copiii lor. În cel mai bun caz copiii se pot simţi doar stînjeniţi. Însă există un risc real de a le distruge încrederea în sine, afectîndu-le pentru totdeauna relaţia cu părinţii lor. Este o greşeală fundamentală să crezi că un om îl poate schimba pe altul.

Cînd un copil trebuie ajutat să îşi aleagă direcţia în viaţă, părinţii responsabili ştiu că, dacă au clădit în el o temelie de valori puternice, nu mai trebuie decît să pună întrebări din spatele întrebărilor precum acestea:

- „Ce pot face ca să ajung să îl cunosc mai bine pe copilul meu?”;
- „Cum îi pot încuraja pe copiii mei să îşi găsească singuri drumul?”;

- „Cum pot să mă entuziasmez de ceea ce îl entuziasmează pe copilul meu?”;
- „Ce pot face ca să o ajut pe fiica mea să îşi folosească talentele?”;
- „Cum îl pot ajuta pe fiul meu să îşi împlinească visurile?”;
- „Ce pot face ca să îl tratez pe fiecare dintre copiii mei ca pe o persoană aparte?”.

A formula astfel de întrebări este acelaşi lucru cu a ne angaja să nu îi împingem niciodată pe copiii noştri să aleagă altă cale *decît a lor.*

Capitolul 24

Cum să schimbi foaia

> Prea adesea le dăm copiilor răspunsuri pe care să le ţină minte mai degrabă decît probleme pe care să le rezolve.
>
> Roger Lewin

John tocmai încheiase o sesiune de formare bazată pe cartea sa, *Flipping the Switch*, în Mississippi, cînd o femeie pe a cărei insignă scria „Sally” a venit să îl salute. Cel puţin, aşa a crezut John că va începe conversaţia. Dar de fapt a fost cam aşa: „Acum gîndesc altfel, nu îmi mai fac griji legate de săritura pe spate a fiicei mele”.

Puţin confuz şi tentat să scape un „Îîî?!”, John a spus: „Scuză-mă. Îmi pare rău, nu ai vrea să repeţi, Sally?”.

Ea a răspuns: „Cînd ai început să vorbeşti, mă gîndeam la fiica mea de 11 ani, care este gimnastă, şi speram să aud nişte idei despre cum să o motivez să facă săritura pe spate. Pur şi simplu nu îi iese”.

John a zîmbit şi a întrebat-o: „Ei bine, ce idee ţi-a venit?”.

Sally s-a îndreptat de spate şi a răspuns mîndră: „Nu este treaba mea. E treaba ei. Doar că abia acum am înţeles asta”.

Din fericire, Sally „schimbase foaia”. Mulţi părinţi cred că este treaba lor să îl facă pe copil să vrea să reuşească într-o anumită sarcină ori să

atingă un scop. Pe termen lung, reuşim cu mai mult succes să „îi lăsăm să fie ei înşişi” atunci cînd ajungem să acceptăm acest adevăr sănătos:

> Un părinte nu ar trebui să fie mai preocupat decît copilul de succesul ori eşecul acestuia.

Te rog să nu mă înţelegi greşit, dacă micuţul nu vorbeşte atît de bine cum credem noi că ar trebui să o facă sau dacă cel din clasa a IV-a rămîne corigent la matematică, atunci este normal şi corect ca părintele să fie cît se poate de preocupat. Şi da, pregătirea şi îndrumarea copiilor noştri sînt cu siguranţă aspecte esenţiale ale parentingului. Dar vine o vreme în viaţa unui părinte excepţional, pe măsură ce copiii noştri se apropie de vîrsta adultă, cînd ajungem în acel punct în care nu mai încercăm să le impunem *lor* ţelurile *noastre*.

Chiar ştim cît este de tentant pentru o mamă sau un tată să vrea ca fata sa să „facă săritura pe spate”, dar, aşa cum ne-a arătat Sally, această foaie poate fi schimbată.

Capitolul 25

Vorbeşte de bine

> Opreşte-ţi limba de la rău şi buzele tale să nu grăiască vicleşug.
>
> Psalmi 33,12

În timp ce luam cina în oraş împreună cu Kristin, ginerele nostru Erik şi fiul lor de un an şi jumătate, Joshua, stăteam lîngă un cuplu şi fiul lor de vreo 12 ani. Contrastul era izbitor. În timp ce ei mîncau liniştiţi, noi mîncam *şi* aveam grijă de un copil mic care descoperise că poate să facă gălăgie. La un moment dat, Joshua s-a lăsat atît de mult pe spate, încît s-a lovit cu capul de perete şi a început să ţipe şi mai tare! Eram foarte siguri că toată lumea din restaurant se uita la noi – uşurată – cînd Kristin l-a scos afară din încăpere ca să se mai calmeze.

În timp ce aceasta şi fiul ei lipseau, am schimbat nişte replici glumeţe cu familia de lîngă noi şi s-a înfiripat o discuţie. Noi credeam că ne vor spune că înţeleg cît este de greu cînd ai bebeluşi (mai ales cînd ieşi în oraş) şi poate chiar că înţeleg perfect, dar femeia a arătat cu degetul spre copilul său şi a spus: „Vi l-am da oricînd pe adolescentul nostru în schimbul micuţului!”.

Toată lumea a rîs.

Însă acest moment ne-a amintit lui Karen şi mie de un tricou pe care l-am văzut cîndva şi pe care scria: „Mamele adolescenţilor ştiu de ce

animalele îşi mănîncă puii!”.

Aceste categorii de comentarii ar putea părea amuzante la momentul respectiv, însă credem că a face astfel de remarci este un obicei de care noi, părinţii, am face bine să ne debarasăm. La ce îi foloseşte unui copil, părintelui sau oricui altcuiva atunci cînd facem asemenea afirmaţii:

- „Abia aştept să se termine vara, ca să se întoarcă la şcoală copiii mei, să nu mai stea pe capul meu!”;
- „Aveţi trei fete adolescente?! Cred că vă luaţi cîmpii!”;
- „Tocmai l-am dus pe copilul meu preşcolar şi mă bucur tare mult că o să stau şi eu liniştit vreo două ore!”;
- „Urăsc perioada asta de cînd fetiţa a împlinit 2 ani – mă scoate din minţi cu scandalurile ei!”;
- „Crezi că băieţelul tău e o pacoste acum? Stai să vezi cum o să fie cînd ajunge la gimnaziu!”?

Nu încercăm să negăm ceva ce poate că e adevărat, nici nu vrem să minimalizăm frustrările reale ale părinţilor. Dar remarci ca acestea au multe consecinţe negative. Ele îi desfiinţează pe copii, ne diminuează bucuria de a fi părinţi, interferează cu dorinţa unui părinte de a deprinde noi abilităţi şi ar putea chiar să submineze şi încrederea *altor* părinţi în rolul şi în copiii lor.

Părinţii care aplică metoda întrebării din spatele întrebării îşi asumă toată responsabilitatea pentru fiecare cuvînt pe care îl spun. Fără scuze! Şi pun aceste întrebări responsabile:

- „Ce pot face ca să vorbesc pozitiv?”;
- „Cum pot înţelege mai bine impactul pe care îl au cuvintele mele asupra altora?”;
- „Ce pot face ca să îmi descarc frustrările într-un mod mai constructiv?”.

În concluzie, este întotdeauna mai bine să ai o atitudine pozitivă decît una negativă. Haideţi să ne disciplinăm ca să vorbim de bine despre copii.

Capitolul 26

Familia ca echipă

> Dacă familia ar fi o barcă, ea ar fi o canoe care nu înaintează deloc dacă nu vîsleşte toată lumea.
>
> Letty Cottin Pogrebin

Se pare că în multe organizaţii – firme, organizaţii nonprofit, biserici şi grupuri sociale ori sportive – oamenii spun adesea cu mîndrie: „Sîntem ca o familie!”. Iar cînd lucrurile se schimbă, încep să se plîngă: „Nu mai sîntem o familie!”.

Interesant este totuşi faptul că nimeni dintr-o familie nu spune niciodată: „Sîntem ca o echipă sportivă!” ori „Sîntem ca un departament de vînzări dintr-o companie!”.

Oare asta înseamnă că familiile au cîştigat controlul asupra pieţei în ceea ce priveşte munca în echipă şi colaborarea – idealuri care sînt foarte preţuite în lumea organizaţiilor? Sau nu înseamnă decît că oamenii au o imagine idilică a familiilor ca grupuri foarte unite în care există încredere, preocupare şi un sentiment de apartenenţă? Familia este considerată un loc unde putem fi vulnerabili, la adăpost de pedepse şi incriminări, unde cineva ne protejează, membrii familiei sînt liberi să spună ceea ce gîndesc, iar deciziile sînt adesea luate împreună.

Desigur, nu toate familiile – sau toate echipele – se potrivesc acestei descrieri. Totuşi, la fel cum un *team leader* dintr-o organizaţie sau

antrenorul unei echipe sportive poate pune o întrebare din spatele întrebării precum „Ce pot face ca să ajut echipa să facă progrese?”, şi părinţii pot întreba: „Ce pot face ca să construiesc o echipă mai puternică la mine acasă?”.

La o activitate şcolară din 2000, de Karen s-a apropiat prietena ei Kris, care i-a spus că auzise că administraţia căuta o familie care să ofere un cămin ori să adopte trei surori ce aveau sub 6 ani. Kris, care adoptase şi ea nişte copii, ştia că noi vom fi interesaţi. Karen a stat puţin pe gînduri.

Stînd împreună cu Michael, care avea 11 ani, în amfiteatrul şcolii, i-a scris pe un bileţel: „Kris zice că sînt trei fetiţe care au nevoie de un cămin”. Mike l-a citit, s-a uitat la Karen şi i-a făcut un semn de aprobare. Întrebîndu-se dacă el a înţeles bine, Karen i-a şoptit: „Mike, trei *fete*. Asta ar însemna şase surori – şi cu tine!”. Mike a luat hîrtia şi pixul de la Karen şi a scris: „Cool! O facem sau nu?”.

A doua zi, i-am adunat pe toţi cei patru copii ai noştri şi le-am explicat că, pentru a face asta, trebuie să fim o adevărată echipă. Toată lumea trebuia să se implice. Cu un entuziasm unanim, am făcut acest pas. Nu a fost uşor, dar a contat foarte mult faptul că toată familia a votat DA!

Munca în echipă – aceasta este o caracteristică a familiei. Aşadar, să ne întrebăm: „Ce pot face ca să încurajez munca de echipă în familia mea?” şi „Cum pot demonstra că eu cred în valoarea efortului comun?”.

Capitolul 27

Stresul familial este o alegere

> Stresul nu este decît o formă de boală mentală acceptabilă din punct de vedere social.
>
> Richard Carlson

Marc, director regional la o companie ce vinde produse alimentare specializate, a participat la un workshop de formare bazat pe *QBQ!*, i-ar apoi ne-a trimis următorul e-mail:

> Cînd am ajuns la întîlnire, nu eram doar obosit, ci mă simţeam şi demoralizat şi descurajat. Mă gîndeam că poate trebuie să îmi schimb serviciul. Apoi, la workshopul despre *QBQ!* am aflat că „stresul reprezintă o alegere" şi mi-am dat seama imediat cît de adevărată este această afirmaţie. Nu subalternii, şeful, clienţii, colegii sau familia mea generează stres în viaţa mea, ci *eu însumi*!

Stresul este o alegere. Crezi acest lucru? Noi aşa sperăm – deoarece este adevărat. Iar prin extensie, mai credem şi asta:

Stresul familial este o alegere.

Concursuri de dans. Echipe competitive de fotbal. Gimnastică trei seri pe săptămînă. Antrenament la hochei în zorii zilei, de luni pînă vineri.

Lecţii de chitară şi de pian în serile de marţi şi joi. Concursuri în weekenduri. Şi, bineînţeles, serbările de la sfîrşit de an. Ca să nu mai vorbim de… *teme*!

Ţi-a venit vreodată să strigi: „OPRIŢI TOATĂ NEBUNIA ASTA!!!”?

În nici un caz nu susţinem eradicarea activităţilor tinerilor. Ştim că se întîmplă multe lucruri bune atunci cînd copiii participă la o activitate care li se potriveşte. Credem doar că părinţii ar trebui să recunoască faptul că stresul pe care îl resimte o familie este creat de alegerile pe care le fac membrii ei. Stresul şi tensiunea (ca să nu mai vorbim de oboseală şi epuizare) nu *ni* se întîmplă – noi înşine le generăm.

Adesea cedăm presiunilor exercitate de prietenii copiilor noştri – şi de prietenii noştri – pentru a-i implica şi noi pe copii în diferite activităţi atunci cînd sînt mici – şi nu întotdeauna din motivele potrivite. Poate că avem în minte potenţiala bursă de la facultate sau poate vrem ca fiul nostru ori fiica noastră să fie un student, muzician, actor sau sportiv remarcabil, aşa cum noi nu am fost niciodată. Îi presăm pe copiii noştri şi ne presăm şi pe noi. Însă cu ce preţ?

Poate sacrificăm chiar copilăria copilului nostru. Această afirmaţie poate părea alarmistă, dar oare asta înseamnă că nu este adevărată?

Cînd ne-a mutat în Denver, la sfîrşitul anilor ’90, am mers din uşă în uşă prin noul nostru cartier, să vedem dacă sînt copii care poate ar vrea să se joace cu ai noştri. Însă nu era nimeni acasă. Toţi participau la activităţile lor de după orele de curs. Iar cînd ajungeau acasă, trebuiau să îşi facă temele. Nimeni nu părea să îşi rezerve timp şi pentru joacă.

Oricît de „retro” ar suna, poate că nu ar fi chiar aşa de rău să ne întoarcem la un program care să includă şi momente „neprogramate”, în care copiii se arunce mingea la coş în curte, să se caţere pe barele din

parcul de joacă ori să joace baseball, chiar dacă asta ar însemna cîte un geam spart din cînd în cînd?

Nu ne înţelege greşit, şi în familia noastră au fost perioade foarte aglomerate. Fiecare dintre cei patru copii mai mari avea o activitate de bază. Kristin cînta în cor, Tara dansa, Michael făcea parte din echipa de teatru, iar Molly juca fotbal. Iar fetele noastre cele mici – Charlene, Jazzy şi Tasha – sînt implicate în consiliul elevilor, National Honor Society şi gimnastică. Totuşi, chiar şi cu această implicare relativ limitată în activităţi extracurriculare, tot am avut perioade în care unul sau altul dintre copii era mai tot timpul plecat de acasă şi nu avea timp să se relaxeze împreună cu familia.

Părerea noastră e că unul dintre cele mai bune lucruri pe care poate învăţa să le facă un părinte este să spună „nu” atunci cînd copilul său vrea să se mai implice în ceva. Adevărul este că, atunci cînd copiii noştri sînt mici, e greu să ni-i imaginăm adulţi. Chiar dacă toată lumea spune: „Nici n-o să-ţi dai seama cînd au plecat de acasă”, de fapt doar părinţii care şi-au crescut copiii pînă cînd aceştia au devenit adulţi înţeleg într-adevăr această afirmaţie. Cînd copiii sînt mici şi noi ne chinuim să îi creştem, este aproape imposibil să înţelegem faptul că sîntem în cea mai avantajoasă perioadă din „cariera” noastră de părinţi *şi că ar trebui să ne bucurăm de ea.*

Această perioadă avantajoasă o constituie anii dintre schimbatul scutecelor şi momentul cînd copiii obţin permisul de conducere. Între faza „Cine e la rînd să o schimbe de data asta?” şi faza stat-treaz--noaptea-aşteptînd-să-vină-acasă-fiul-adolescent-ce-a-plecat-cu-maşina sînt anii în care chiar îi avem lîngă noi, să îi strîngem în braţe, să îi iubim, să îi învăţăm, să îi îndrumăm – şi să ne jucăm cu ei.

Dar nu prea putem face aceste lucruri cînd ei nu sînt acasă.

Fiecare familie trebuie să decidă cînd activităţile desfăşurate în afara casei sînt excesive; cu toate acestea, secretul gestionării stresului – şi orice părinte este stresat – este să recunoaştem mai înainte de toate că *noi* îl creăm. Numărul excesiv de lucruri pe care le avem de făcut şi stresul pe care îl pot genera sînt alegerea noastră. Nu au cauze externe. Odată ce acceptăm că sîntem responsabili pentru stresul familiei noastre, putem pune întrebări din spatele întrebărilor precum acestea:

- „Cum pot face faţă atîtor lucruri pe care le am de făcut?”;
- „Ce pot face ca să am mai mult timp pentru distracţie?”;
- „Cum pot simţi mai multă bucurie în simplul fapt de a fi alături de copiii mei?”.

În această epocă a zgomotului, a nebuniei şi a concurenţei continue, haideţi să reducem stresul din familia noastră amintindu-ne ce valoare incredibilă au pauzele şi apropierea de alţi oameni. Este ceva „răsuflat” sau adevărat să spunem că într-adevăr nu îi avem acasă decît foarte puţin timp? Nu sînt mulţi părinţi care au copii mari acum şi care să zică: „Am petrecut prea mult timp cu copiii mei cînd erau mici!”.

Aşadar, ia-ţi vechea mănuşă de baseball sau, dacă nu ai avut niciodată, du-te şi cumpără una chiar astăzi şi joacă-te puţin cu copilul tău. Chiar dacă se mai sparge cîte un geam, tot vei alege mult mai puţin stres.

Capitolul 28

Gata cu regretele

> Este imposibil să trăieşti fără să dai greş în ceva – decît dacă trăieşti cu atîta prudenţă, încît puteai foarte bine să nu fi trăit deloc.
>
> J.K. Rowling

Într-o seară ploioasă de vară, pe cînd locuiam în Minnesota, ne-am aventurat afară din casă, ca să facem, toată familia, o tură cu bicicleta, deşi eram conştienţi că este periculos. Dacă eşti familiarizat cu „ţinutul celor 10 000 de lacuri”, atunci ştii că în mod neoficial „pasărea naţională” a acestui stat este ţînţarul.

Pe cînd ne întorceam spre casă, ne-am hotărît să o luăm pe o scurtătură, mergînd pe o cărare ce trecea pe sub nişte copaci mari şi printre nişte tufişuri dese – unul dintre locurile preferate de aceste oribile insecte care ne sug sîngele. Ştiam că este riscant să mergem pe această scurtătură, însă am crezut că putem pedala suficient de repede ca să-i întrecem pe ţînţari.

Cărarea, pe care o botezaserăm Aleea Ţînţarilor, cobora puţin la mijlocul distanţei. Cel mai bun mod de a trece rapid de această vîlcică – fără să ne alegem cu bubiţe roşii pe tot corpul – era să ne luăm avînt înainte de a ajunge acolo şi să urcăm în viteză cealaltă pantă, spre libertate. Nu era o vale foarte adîncă, cu pante abrupte – doar dacă nu

cumva ai 7 ani, ca Tara, fetiţa noastră brunetă şi cu ochi albaştri, ce atrage ţînţarii ca un magnet.

Am intrat pe cărarea unde nu răzbătea soarele, tata şi cîţiva copii deschizînd drumul. Tara şi Karen îi urmau îndeaproape. Mama a ajuns repede pe partea cealaltă şi, întorcînd capul, a văzut că Tara, care era jos, în vale, făcuse cea mai mare greşeală: *se oprise.*

Coborînd de pe bicicletă, Tara a început să o împingă la deal. Karen se uita neîncrezătoare, în timp ce un nor format din cei mai fericiţi ţînţari din lume s-a năpustit asupra fetiţei noastre. În acest moment Karen, ca să o citez, „şi-a ieşit din fire". Frustrată de faptul că fetiţa sa făcea tot felul de lucruri prosteşti – stătea nemişcată, pierdea timpul, alungînd ţînţarii, în loc să meargă mai departe cît mai repede posibil –, a început să strige la copila de 7 ani. De fapt, mai degrabă ţipa: „Tara, ce faci? Nu mai încerca să îi loveşti! Urcă înapoi pe bicicletă! Pedalează, Tara, pedalează!!!".

Înţelegînd în sfîrşit că Tara nu ştia ce să facă, Karen a sărit jos de pe bicicletă, a alergat în vale şi a apucat-o pe Tara cu tot cu bicicletă, ţipînd la ea să se mişte mai repede. Cînd au ajuns sus, ne-am speriat văzînd că Tara era plină de pişcături de ţînţari din cap pînă în picioare.

Dacă am avut regrete? Poţi fi sigur de asta. Mult timp după această întîmplare, Karen a continuat să îşi pună întrebări neproductive precum acestea:

- „De ce am fost aşa de nerăbdătoare?";
- „De ce am fost atît de aspră?";
- „De ce nu am salvat-o mai repede?".

Regrete. Fiecare părinte are regrete pentru că fiecare părinte a avut momente cînd nu a făcut ce ar fi trebuit, a spus ce nu trebuia sau nu a spus

ce trebuia, a luat o decizie nu tocmai strălucită şi a dat dovadă de o proastă judecată. Cu alte cuvinte, toate mamele şi toţi taţii fac greşeli.

Ca atunci cînd John, în timpul unei mese de Ziua Recunoştinţei, a încercat să o oblige pe Charlene, care avea 6 ani, să mănînce crema de ceapă. Dar asta e altă poveste…

Am înţeles de mult că regretele nu rezolvă nimic şi nu ajută pe nimeni să progreseze, însă aceasta nu înseamnă că părinţii nu mai au regrete. Însă avem datoria să ne scuturăm de regrete cît de mult putem. Iată de ce:

> Nu putem fi cei mai buni părinţi cît timp retrăim trecutul.

Astăzi, Tara a auzit-o pe mama ei spunînd cuvintele: „Îmi pare rău pentru ziua aceea. Aş vrea să fi procedat altfel”.

Cînd părinţii sînt îndeajuns de conştienţi *şi* îndeajuns de curajoşi ca să vorbească despre greşelile lor, să le etaleze şi să le analizeze împreună cu copilul, aceasta ajută pe toată lumea să depăşească momentul.

Astăzi, atît Aleea Ţînţarilor, cît şi „Povestea cremei de ceapă” fac parte din istoria familiei Miller, iar de vreme ce „istoria” este întotdeauna în trecut, exact acolo vrem să rămînă şi acele greşeli. Părinţii responsabili pun următoarea întrebare din spatele întrebării: „Ce pot face ca să învăţ din greşelile mele şi să nu mă împiedic de ele, ca să fiu cel mai bun părinte posibil – *acum*?”.

Capitolul 29

Adevărul stă la baza încrederii

> Adevărul nu are un timp al său special. Momentul său este acum – întotdeauna.
>
> Albert Schweitzer

Unii părinţi (ale căror nume nu le menţionăm aici) au văzut filmul de desene animate *Aladdin* de vreo 100 de ori pentru că le-a plăcut la fel de mult ca şi puştilor!

În două momente în care sînt răsturnări de situaţie, cînd prinţesa Jasmine se află într-o situaţie periculoasă, Aladdin e acolo, încercînd să ajungă la ea – întinzîndu-se cît poate de mult, încercînd cu disperare să o salveze. Dar ea ezită. Apoi el se uită în ochii ei şi întreabă: „Ai încredere în mine?”.

Într-un moment Disney perfect, Jasmine ştie răspunsul. Teama i se risipeşte şi ea apucă mîna lui Aladdin. Acum e în siguranţă – şi noi putem răsufla uşuraţi.

„Ai încredere în mine?” Aceasta este o întrebare ce vizează fundamentul tuturor relaţiilor. Cînd am clădit relaţii personale bazate pe încredere, viaţa e frumoasă.

Poate cel mai important mod în care părinţii ce aplică metoda întrebării din spatele întrebării pot întări încrederea este spunînd adevărul.

Ei nu fac ameninţări deşarte, nu le transmit tot felul de mesaje copiilor lor şi cu siguranţă nu mint niciodată.

În cazul în care copilul tău trebuie să meargă la doctor, să i se facă o injecţie, spune-i asta. Dacă Muffy, pisica, a trebuit să fie eutanasiată pentru că avea probleme de sănătate, nu îi spune că a fugit de acasă. Dacă nu îi poţi duce pe copii la zoo, aşa cum ai promis, din cauză că ai nişte probleme la muncă la care nu te aşteptai, nu le zice că s-a închis la grădina zoologică!

Ca părinţi, trebuie să nu uităm că, dacă adevărul stă la baza încrederii, atunci şi reciproca este valabilă: minciunile subminează încrederea – şi generează anxietate.

Cînd le spunem copiilor noştri neadevăruri, generăm în ei, în mod inutil, nesiguranţă şi teamă. Există motive psihologice implicite, mai profunde decît analiza noastră de faţă? Da. Însă cunoaştem soluţia – şi tu o cunoşti: să le spunem copiilor adevărul cît mai des posibil şi familiile noastre vor avea o temelie solidă, formată din încredere.

Iată ce întrebare din spatele întrebării puteţi pune: „Ce pot face ca să existe mai multă încredere în casa mea?”.

Capitolul 30

Încrederea se cîştigă

Încrede-te, dar verifică.

Ronald Reagan

Copiii au nevoie să înţeleagă că *niciodată* nu trebuie să cîştige dragostea noastră, dar trebuie să ne cîştige încrederea. Aşa că, pe lîngă datoria de a crea în casă o atmosferă bazată pe încredere prin vorbe şi prin fapte, un părinte puternic şi responsabil se simte obligat să îi transmită copilului său acest mesaj:

> Dacă nu pot avea încredere în tine la mărunţişuri, cum să am atunci cînd vine vorba de lucruri importante?

Majoritatea părinţilor acceptă uşor această afirmaţie drept valabilă, însă, cînd vine vorba să se disciplineze ca să adopte acest comportament, nu li se mai pare chiar atît de uşor. De fapt, poate fi destul de dificil – pentru părinte! Dar aplicarea în parenting a metodei întrebării din spatele întrebării nu înseamnă a face doar lucruri comode sau a evita luarea unor decizii grele. Ca părinţi, noi formăm oameni – iar cînd îi învăţăm pe copiii noştri că încrederea trebuie cîştigată, le creăm o temelie solidă pentru viaţă.

Marie ne-a povestit despre fiul său de 16 ani, Joey, care rămînea corigent la limba spaniolă. Avea note bune la toate celelalte materii, dar trebuia să îşi scoată media la spaniolă ca să absolve liceul. Nu îi plăcea deloc această materie şi adesea pur şi simplu nu îşi făcea temele. I-a mărturisit mamei sale că pur şi simplu nu îl interesează spaniola. Dar sigur îl interesa altceva: să obţină permisul de conducere! Ca majoritatea băieţilor aflaţi la vîrsta adolescenţei, vorbea tot timpul despre asta. Iar Marie şi soţul ei îşi doreau şi ei ca Joey să poată conduce maşina. Le-ar fi fost de ajutor dacă i-ar fi dus el pe fraţii săi mai mici în diferite locuri din oraş, unde aveau activităţi!

Însă Marie nu este un părinte slab. I-a spus lui Joey: „Şofatul nu este un drept, ci un privilegiu. Dacă nu pot avea încredere în tine că te descurci la şcoală, cum pot să am încredere în tine la volan? Nu o să dai nici un examen pentru permisul de conducere pînă cînd nu te aduni şi te descurci mai bine la ora de spaniolă”.

Peste trei săptămîni, Joey a luat un 7 la spaniolă, sperînd să ia un 8 data viitoare – toate acestea pentru că Marie a tras linia. Este uimitor cît de multe vor realiza părinţii punînd întrebări din spatele întrebărilor precum acestea:

- „Cum le pot crea copiilor mei ocazii ca să demonstreze că sînt demni de încredere?”;
- „Ce măsuri pot lua ca să îl determin pe copilul meu să îşi asume mai multă responsabilitate atunci cînd este pregătit pentru asta?”;
- „Cum pot exprima mai bine ceea ce aştept de la el?”;
- „Ce pot face ca să rămîn consecventă în parentingul meu puternic atunci cînd sînt provocat?”.

Capitolul 31

Nu e uşor de recompus o familie

> Marele dar al familiei este a cunoaşte îndeaproape oameni cu care poate nu ai fi făcut cunoştinţă niciodată, dacă viaţa nu ar fi făcut asta pentru tine.
>
> Kendall Hailey

Neil, un fan din Wisconsin al cărţii *QBQ!*, a luat prînzul cu noi şi ne-a împărtăşit povestea sa. La 40 de ani, s-a căsătorit pentru prima dată. Soţia sa, care mai fusese căsătorită înainte, avea doi băieţi, în vîrstă de 12 şi, respectiv 10 ani. Se cunoscuseră în Seattle, unde ea avea o casă, aşa că, după nuntă, Neil s-a mutat la ea şi şi-a început viaţa alături de noua sa familie. Dar, a recunoscut el, privind retrospectiv, „Nu am devenit niciodată o familie".

În ciuda marilor speranţe şi a bunelor intenţii, s-au lovit de toate obstacolele din calea succesului inerent într-o familie ai cărei membri „se potrivesc". Cînd l-am întrebat care era cea mai mare problemă, Neil a spus: „Nu ştiam ce să fac. Mă simţeam confuz. Nu îmi puteam da seama unde şi cum să mă integrez".

Dată fiind situaţia, a alunecat uşor spre victimizare. Adevărul e că a pus întrebări precum: „De ce nu vor băieţii să mă accepte?", „Cînd o să mă susţină soţia în eforturile mele de a face ca totul să meargă bine?" şi „De ce nu pot să îi disciplinez şi eu pe copii?".

Din păcate, şapte ani mai tîrziu, căsnicia s-a destrămat. Analizîndu-şi experienţa, Neil le oferea sfaturi părinţilor vitregi de pretutindeni. Spunea că scopul cel mai important al unui cuplu este să cadă de acord asupra unui „plan de integrare”. Părea o strategie care ar putea fi aplicată în fuziunile de întreprinderi, dar, ne-a explicat el, „dacă acel cuplu nu a stabilit de comun acord cum va merge totul, atunci n-o să meargă”.

Cum nu prea a existat colaborare între Neil şi soţia sa – şi nici un mod stabilit de comun acord de a-l introduce în familie –, el a căzut în capcană şi i-a învinovăţit pe ea, pe fostul ei soţ şi, într-o măsură mai mică, pe băieţi. Neil se simţea frustrat şi izolat, iar pentru că nu comunicau la multe niveluri, nu prea au avut şanse de reuşită.

Mai tîrziu, cînd a citit cartea lui John, *QBQ!*, şi-a dat seama că i-ar fi fost de folos sfaturile respective pe vremea cînd locuia în Seattle, cu ani în urmă. Cînd l-am întrebat în ce mod, a spus: „Metoda întrebării din spatele întrebării se aplică perfect aici – nu trebuia decît să pun întrebările potrivite ca tată vitreg”.

Neil a adăugat: „De vreme ce responsabilitatea personală începe cu mine, eu ar fi trebuit să fiu cel care să îmi definească rolul, să interacţioneze cu băieţii şi să ajungă la o înţelegere cu soţia mea. Dar era uşor să îi învinovăţesc pe alţii şi să îmi plîng de milă. Dacă există «data viitoare», înarmat cu întrebarea din spatele întrebării, voi şti ce să fac”.

Trecînd în revistă posibilele întrebări din spatele întrebărilor pe care ar fi putut să le formuleze, Neil a dat rapid următoarele exemple:

- „Cum îmi pot defini rolul?”;
- „Ce pot face ca să cîştig încrederea şi respectul copiilor?”;
- „Cum pot comunica mai bine cu noua mea parteneră de cuplu?”;
- „Ce pot face ca să contribui la conceperea unui plan pentru a reuşi împreună?”.

Nu demult, Neil a luat prînzul împreună cu foştii săi fii vitregi. A fost puţin stînjenitor, dar undeva, pe parcursul discuţiei, băiatul cel mare – acum bărbat în toată firea – a spus: „Neil, ca să fiu sincer, nu ne-am purtat prea frumos cu tine”. Neil a răspuns: „Nu-i nimic. A fost o perioadă dificilă pentru toţi”.

Neil a spus că remarca tînărului i-a adus linişte. L-a ajutat să proceseze suferinţa din trecut pe care încă o purta cu el – nu deoarece credea că băieţii, aflaţi la vîrsta adolescenţei, făcuseră ceva rău, ci pur şi simplu pentru că mulţi ani se simţise foarte vinovat, crezînd că el stricase totul.

Cu siguranţă, este foarte greu de recompus o familie. Iar dacă nu merge bine, nu ar trebui niciodată să se pună problema a cui e vina. Acest domeniu, ca şi altele, presupune ca oamenii să formuleze întrebări responsabile – întrebări din spatele întrebărilor. Doar atunci vei vedea cît de mult ai de cîştigat dacă investeşti timp, efort şi energie ca să schimbi singura persoană care poate îmbunătăţi într-adevăr lucrurile – tu însuţi.

Capitolul 32

Bunicii

> Cele mai bune bone, desigur, sînt bunicii copiilor. Nu ai nici o rezervă să le încredinţezi copilul pe perioade lungi – de asta majoritatea bunicilor fug în Florida.
>
> Dave Barry

Cînd Michael avea 10 ani, era prin living în timp ce John şi „bunicul Miller” stăteau de vorbă. La 76 de ani, Jimmy Miller făcuse o călătorie lungă de la Ithaca, New York, pînă la Denver, în una dintre rarele sale vizite. În timp ce John îi povestea ceva tatălui său, Michael a sărit deodată şi a spus: „Nu, tată, nu era vineri, ci sîmbătă”.

În ochii bărbatului născut în 1921 şi crescut de nişte părinţi care se născuseră în anii 1890, Michael comisese un păcat de neiertat: nu doar îl întrerupsese pe tatăl său, ci îl şi *corectase*. John, fără să dea importanţă, pentru că, de fapt, Michael avea dreptate, şi-a continuat povestea, dar bunicul Miller nu a lăsat de la el. Pe un ton sever, l-a certat pe Michael pentru ceea ce făcuse.

Nu a fost uşor, dar John i-a luat apărarea băieţelului său, spunînd: „Tată, pe mine nu mă deranjează. Mike are dreptate”.

Un moment – două perspective asupra parentingului. Noi le-am permis întotdeauna copiilor să facă ceea ce făcuse Michael, într-un mod

respectuos şi doar dacă au motive întemeiate. Însă pentru bunicul Jimmy – crescut de părinţii lui într-o epocă în care copiii erau „văzuţi, nu ascultaţi” – era total nelalocul său.

Bunicii. Unde este locul lor? Cum reuşesc să şi-l găsească? Se pare că părinţii, mai mult ca niciodată, îşi cresc copiii cu mai puţin ajutor şi cu o contribuţie mai mică din partea părinţilor *lor*. Motivul ar putea fi că părinţii tineri pur şi simplu sînt mai independenţi sau acesta este rezultatul societăţii noastre mobile, în care a scăzut numărul bunicilor care locuiesc în apropiere – sau în aceeaşi casă –, cum locuiseră părinţii lor cîndva. În acelaşi timp, sînt disponibile mai multe sfaturi pentru părinţi rapid accesibile – în cărţi, la televizor şi pe internet – decît înainte. Iar cum mulţi părinţi tineri consideră că nu vor să facă aceleaşi greşeli pe care cred că le-au făcut părinţii lor, nu renunţă la părerile lor ca să ceară îndrumări de la „bătrînii” lor.

Totuşi, riscul este acelaşi ca în cazul unui pendul – îl putem lăsa să ajungă prea departe.

Am citit într-o revistă o poveste despre o femeie care devenise mamă pentru prima dată şi care, atunci cînd s-a dus să vadă ce face copilaşul ei nou-născut, a găsit-o pe mama ei ungîndu-i capul micuţului cu ulei pentru bebeluşi. Îngrozită, fiica a ţipat: „Mamă, ce faci!?”, la care bunica a răspuns că acest tratament îl va ajuta să scape mai repede de dermatita seboreică. Primul gînd al proaspetei mămici a fost: *Dar eu sînt mama acum!* A vrut să o oprească pe mama sa, dar era atît de nedormită, încît s-a întors în pat. Ideea este următoarea: s-a dovedit că bunica avea dreptate; ştia ceva ce fiica sa nu ştia.

Astăzi, este tentant – şi poate prea uşor – să apelezi la reţelele de socializare ca să cauţi răspunsuri la întrebări legate de parenting. Tinerii

părinţi le cer sfaturi celor de vîrsta lor – care şi ei merg pe bîjbîite. Oare de ce?

Am scris mai sus că trebuie să respingem stereotipurile comune despre adolescenţi. La fel e şi cu bunicii. Sfatul nostru este să nu accepţi nici un mesaj care afirmă că ei sînt irelevanţi. Nu te concentra doar asupra greşelilor pe care crezi că le-au făcut cînd te-a crescut pe tine, ci încearcă să vezi şi reuşitele lor. Fii conştient de temerile şi incertitudinile tale ca părinte. Mai alungă din îngrijorarea că un bunic va „prelua controlul” sau te va face să te simţi prost. Nu îţi lăsa niciodată orgoliul să te împiedice să fii cel mai bun părinte posibil.

Uneori este foarte bine să apelezi la cei care au mai trecut prin asta. Alteori nu. Şi asta este esenţa întregii discuţii despre bunici: părinţii trebuie să decidă în ce măsură preţuiesc şi doresc aportul părinţilor lor. După cum ne-a arătat Neil, atunci cînd se recompun familii, cel mai bine este să existe colaborare şi comunicare, avînd ca rezultat un „plan” pentru a reuşi. Într-o lume perfectă, ar fi bine să avem un plan care să prevadă cum şi cînd să se implice şi bunicii.

Ca părinte, este treaba *ta* să defineşti rolul bunicii sau al bunicului. Aceasta implică responsabilitatea personală, care presupune o discuţie sinceră şi deschisă cu ei. Dacă, după părerea ta, ei nu au ce idei bune să îţi ofere sau nu sînt capabili să te ajute să îţi creşti copilul, nu pune întrebări incorecte precum „De ce este mama atît de băgăreaţă?” şi „Cînd o să înceteze tatăl meu să se mai amestece?”. Pune întrebări din spatele întrebărilor ca, de exemplu: „Cum îmi pot exprima aşteptările?” şi „Ce pot face ca să stabilesc nişte limite sănătoase?”.

Dar nu o uita nici pe asta: „Ce pot face ca să învăţ de la cineva care a mai trecut prin asta înaintea mea?”. Uneori, orgoliile noastre ne împiedică să învăţăm de la cei care au multe de oferit.

Şi cîteva ponturi pentru părinţi: fiţi înţelegători. Fiţi relevanţi. Fiţi deschişi la noi stiluri de parenting. Încercaţi să aflaţi ce îşi doreşte copilul vostru. Întrebaţi-l dacă vrea să îi daţi sfaturi – şi nu îl copleşiţi cu ele. Sigur îi puteţi da informaţii valoroase, dar nu uitaţi să îl respectaţi pe copilul vostru.

Atunci cînd părinţii şi bunicii se adaptează, comunică şi colaborează, poate fi o perioadă minunată din viaţa tuturor.

Capitolul 33

Latura financiară

> Banii nu aduc fericirea… dar fiecare vrea să afle singur dacă într-adevăr aşa este.
>
> Zig Ziglar

Ai auzit vreodată întrebări ca acestea acasă la tine?

- „De ce nu primesc mai mulţi bani de buzunar?”;
- „Cînd îmi cumperi un telefon mobil?”;
- „De ce trebuie să fac treburi în casă?”.

Dar asta?

- „De ce nu pot avea şi eu cel mai nou/cea mai nouă _____?” (Completează tu spaţiul liber!)

Ca părinţi, avem contact cu fiecare aspect al vieţii copiilor noştri. Îi influenţăm fizic, spiritual, emoţional şi mental – şi este uşor de înţeles responsabilitatea noastră, avînd grijă de ei la fiecare dintre aceste niveluri. Cum rămîne însă cu latura financiară? Care este responsabilitatea noastră de a-i învăţa lucruri bune referitor la bani?

Cu alte cuvinte, totul începe cu noi. Prima noastră sarcină este să ne punem în ordine *propria* situaţie financiară – şi ştim că asta nu e uşor de făcut.

După ce ne-am căsătorit, în 1980, indiferent cît cîştigam, aveam un obicei foarte prost: cheltuiam bani aiurea, în mod impulsiv şi nenecesar. Nu am rămas niciodată fără nici un ban şi nu ne-am îngropat în datorii, dar în mod clar nu aveam o bază financiară solidă – şi nici nu făceam economii. Dar în jurul celei de-a opta aniversări a căsătoriei noastre – cînd încă nu avea toată lumea carduri de credit şi de debit –, am hotărît să fim mai organizaţi.

Iată ce s-a întîmplat: am hotărît să nu mai folosim decît cash. Bani adevăraţi, păstraţi în plicuri. Şi am început să ţinem evidenţa a *tot* ce cheltuiam. Ne-am gîndit, am discutat şi am avut grijă de bani. Cum spune Dave Ramsey, autorul unor cărţi despre finanţele personale şi realizator al unor emisiuni radio, „ne-am chinuit să ne chinuim”. Ne-a păsat suficient de mult ca să ne păzim banii, ştiind de unde vin şi unde se duc. Aceasta a devenit o practică deliberată şi o parte integrantă a stilului nostru de viaţă.

Nu a fost uşor să opunem rezistenţă dorinţei de a ne cumpăra tot ce voiam oricînd voiam. Au fost şi tensiuni în căsnicia noastră. Momentele în care unul dintre noi îl întreba pe celălalt „OK, cît ai cheltuit astăzi?” erau rareori momente de afecţiune.

Dar oricîtă bătaie de cap am avut monitorizîndu-ne banii a fost *cu mult mai puţin* dureroasă decît ameninţarea continuă a falimentului. Au fost multe rezultate pozitive ale acestui exerciţiu, de la donaţii tot mai mari în scopuri caritabile şi economii pînă la liniştea sufletească şi ocaziile de a le oferi copiilor noştri un exemplu de administrare eficientă a banilor.

Ţii minte vorba aceea veche, dar plină de înţelepciune: „Cum ţi-e vorba să-ţi fie şi fapta”? Nu este puţin ipocrit din partea părinţilor care au făcut o treabă nu prea grozavă cu finanţele lor să le spună copiilor lor să îşi administreze mai bine banii? Nu prea avem dreptul să punem întrebări

incorecte precum „De ce ţi-ai cheltuit toată alocaţia pe dulciuri?” sau „Cînd o să fii mai responsabil cu banii tăi?” pînă cînd nu ne reglăm *şi noi* problemele financiare. Copiii fac alegeri proaste legate de banii lor – dar este de aşteptat. Sarcina noastră este să fim lîngă ei şi să le arătăm cum să nu mai facă greşeli, fiind la rîndul nostru modele demne de urmat.

Cînd vine vorba de practici specifice, mulţi părinţi caută o formulă magică „pas cu pas” pentru a-i învăţa pe copiii lor cum să-şi administreze banii. Unii se întreabă dacă este mai bine să folosească alocaţii, bugete sau comisioane. „Ar trebui să folosim tabele de sarcini cu stickere pentru copilaşul nostru ori să îi dăm bani?”, întreabă ei. Iată răspunsul nostru pentru toţi părinţii ce caută pe cineva care să le dea indicaţii după care să îşi educe copiii: *dacă merge în familia ta, atunci este o abordare bună.* Nu există o abordare „corectă”. Secretul este totuşi să ştim mai întîi ce lecţii vrem să îi învăţăm pe copiii noştri în ceea ce priveşte banii. Odată ce sînt definite aceste lecţii, părinţii pot aduna informaţii practice despre cum să procedeze ca să le transmită mai departe discutînd cu alţi părinţi, citind cărţi, mergînd la un curs – şi uneori doar încercînd lucruri noi, ca să vadă ce funcţionează.

Însă totul începe cînd hotărîm ce lucruri vrem să îi învăţăm pe copii. Noi am identificat multe lecţii simple, dar importante pe care să le transmitem copiilor din familia noastră şi am dori să enumerăm cîteva aici:

- cheltuieşte mai puţin decît cîştigi – e un calcul simplu;
- cînd s-au dus, s-au dus;
- dă-le mai întîi celor mai defavorizaţi, iar apoi pune banii în contul tău de economii;
- nu trebuie să ai ce au alţii;
- te descurci şi cu o maşină la mîna a doua;

- nu accepta să cumperi pe credit nici măcar de la magazinul tău preferat;
- banii sînt munciţi şi noi sîntem făcuţi ca să muncim;
- dă „110%” la serviciu şi vei avea întotdeauna un serviciu;
- nu ţi se cuvine nimic – trebuie să meriţi totul.

Astfel de lecţii construiesc o temelie solidă a responsabilităţii personale pentru copiii noştri. Dar, înainte ca un părinte să încerce să îi înveţe aceste lucruri pe copii, este important să pună întrebări din spatele întrebărilor responsabile din punct de vedere financiar, precum acestea:

- „Cum pot să identific capcanele în care cad şi să învăţ să mă feresc de ele?”;
- „Ce pot face ca să dobîndesc noi competenţe de administrare a finanţelor?”;
- „Cum îl pot învăţa cel mai bine pe copilul meu să administreze banii corect?”;
- „Ce pot face ca să definesc lecţiile pe care vreau să le înveţe copiii mei?”.

Punînd aceste întrebări importante şi abordînd latura financiară a parentingului, vom avea de cîştigat şi noi, şi copiii noştri. Iar pentru că banii sînt şi vor fi mereu parte integrantă a lumii noastre, lecţiile care îi învăţăm se vor dovedi utile pe tot parcursul vieţii lor.

Capitolul 34

Pregătirea pentru viaţă

> Poate că nu sîntem capabili să pregătim viitorul pentru copiii noştri, dar cel puţin îi putem pregăti pe ei pentru viitor.
>
> Franklin D. Roosevelt

Tînărul de 20 de ani şi-a luat maşina de la atelierul de reparaţii şi a achitat chiar el nota de plată. În aceeaşi zi, nu ştia cum să îi spună tatălui său, adept al ideii că trebuie să faci totul cu mîna ta, cît de mult a costat. Cînd în sfîrşit i-a spus suma, tatăl lui şi-a ieşit din fire, admonestîndu-şi fiul: „De ce nu ai reparat singur maşina?! Ai fi putut să economiseşti o grămadă de bani!”.

Primul gînd care i-a trecut prin minte fiului: *Dar nu mi-ai arătat niciodată cum să fac, tată*.

Ştim că unii oameni ar putea considera că gîndul fiului înseamnă victimizare sau învinovăţirea alcuiva, dar noi sîntem de altă părere. De-a lungul anilor, am cunoscut adolescenţi şi tineri care par total pierduţi în viaţă. Sînt nişte copii buni, dar se zbat să se descurce. Nu doar par că nu prea au nici o direcţie, ci şi că le lipsesc abilităţile şi cunoştinţele necesare ca să îşi găsească drumul în viaţă. Considerăm că toate acestea reprezintă un eşec al părinţilor.

De multe ori, Karen a pus această întrebare retorică: „Unde au dispărut toţi părinţii?”.

Ştim că ar putea părea puţin critic, dar adevărul este că unii părinţi chiar renunţă la rolul de educatori, formatori şi îndrumători pentru copiii lor. Desigur, se poate ca ei să fi fost acolo pentru cel mic cînd avea 10 ani, dar undeva pe parcurs, pe măsură ce copilul se apropie de pragul maturităţii, părintele nu mai este lîngă el. Nu vorbim despre greşeala de a fi prea permisivi cu copilul nostru, despre care am vorbit în capitolul 20; ne referim la realizarea de către părinţi a scopului lor principal: să îi pregătească pe copii, să le dezvolte deprinderile esenţiale care le vor fi necesare în viaţă.

Probabil că există mai multe motive pentru care părinţii nu reuşesc să îşi îndeplinească această obligaţie extrem de importantă, poate că nu ştiu cum să o facă sau poate sînt distraşi şi epuizaţi de numeroasele lor probleme. Totuşi, uneori, părinţii mai au scăpări deoarece cred anumite mesaje periculoase transmise de societate. Aşa cum ar trebui să nu acceptăm stereotipurile negative despre tineri, ar trebui să fim precauţi şi faţă de astfel de mesaje despre parenting:

- „Meriţi mai mult de la viaţă!”;
- „Nu te pierde în copiii tăi!”;
- „Ai nevoie de mult timp pentru tine!”;
- „Nu lăsa familia să te tragă înapoi!”.

Părinţii puternici şi responsabili nu acceptă aceste mesaje, ci îşi îndreaptă atenţia spre tot ce pot face ca să îi pregătească pe copiii lor pentru viaţă în această etapă. Nu uită niciodată că ei au ales să fie părinţi şi că şi-au luat un angajament faţă de copil. Taţii şi mamele care îşi asumă

responsabilitatea pentru rezultatele felului cum îşi cresc copiii nu pun întrebări incorecte precum:

- „De ce nu are fiul meu nici un pic de bun-simţ?”;
- „De ce nu te înscrii la facultate?”;
- „Cînd o să dea dovadă fiica mea de mai multă responsabilitate?”;
- „De ce nu poţi să îţi administrezi banii mai bine?”;
- „Cînd o să îţi găseşti şi tu un serviciu?”;
- „De ce sînt copiii de astăzi atît de leneşi?!”.

Aşa cum am afirmat în capitolul 1 că tînărul Grayson este rezultatul felului cum l-au crescut părinţii săi, îţi sugerăm că, dacă un copil nu este pregătit să reuşească în viaţă, părintele nu şi-a făcut treaba. Aşadar, în loc să îi atace pe copii cu întrebări incorecte sau cu vorbe de ocară precum „Ar fi trebuit să aibă mai multă minte!” şi „Ţi-am spus eu!”, părinţii excepţionali se uită în oglindă şi se întreabă: *Am fost lîngă el cînd a avut nevoie? Am învăţat-o bine? Ce aş fi putut face altfel?*

Chiar, de ce ne-am aştepta de la copiii noştri să se descurce bine în viaţă dacă nu i-am învăţat cum să facă asta? Nu uita, etapa de educare a unui copil durează foarte puţin. Cînd depăşim această fază, în mod sigur nu vrem să avem un copil care gîndeşte: *Unde ai fost, mamă? Te-ai pus pe tine pe primul loc, tată. Nu ai fost lîngă mine cînd am avut nevoie.*

Pentru a ne asigura că acest scenariu nu se va concretiza niciodată, haideţi să ne punem chiar acum aceste întrebări din spatele întrebărilor: „Ce pot face ca să identific şi să le dezvolt copiilor mei deprinderile de care vor avea nevoie în viaţă?” şi „Cum îi pot pregăti cel mai bine ca să aibă succes în viaţă?”.

În cele din urmă, dacă le-am fost alături copiilor, pregătindu-i pentru o viaţă productivă şi plină de satisfacţii, putem spune cu mîna pe inimă că

ne-a descurcat împreună în viaţă.

Capitolul 35

Întrebarea supremă din spatele întrebării

> Singurele lucruri pe care le putem păstra sînt lucrurile pe care le dăm lui Dumnezeu de bunăvoie. Ceea ce încercăm să păstrăm pentru noi este doar ceea ce sîntem siguri că vom pierde.
>
> C.S. Lewis

În curtea casei noastre din Denver, am construit un mic habitat pentru păsări sălbatice. De multe ori Karen se furişează pe după copaci, încercînd să zărească puii din cuiburi.

Într-un an, ne-am uitat cum o familie de privighetori a crescut atît de mult încît la un moment dat nu mai încăpeau toate în cuib! Într-o dimineaţă, în timp ce se furişa ca să tragă cu ochiul, Karen a găsit puişorii cocoţaţi pe un gard din apropiere. Din cînd în cînd se ridicau în aer şi îşi exersau zborul întorcîndu-se la cuib, unde erau încurajaţi de părinţii lor. Aceasta a continuat o vreme, pînă cînd, într-o zi, puii nu au mai fost de găsit. Plecaseră. Cuibul era gol.

Asta presupune parentingul şi la oameni. Într-o zi copiii sînt aici – iar în ziua următoare nu mai sînt. Au plecat. Sînt independenţi. Acum o clipă eram singura şi suprema autoritate căreia i se supuneau, iar acum ne uităm

pe fereastră, aşteptînd să se întoarcă – oameni în toată firea – însoţiţi de propriii copii. Aşa trebuie să fie.

Însă acest proces normal şi sănătos nu se va desfăşura niciodată dacă nu creşte şi părintele. Parentingul bazat pe metoda întrebării din spatele întrebării înseamnă anticipare, acceptare şi adaptare la rolul schimbător de tată sau de mamă. Iată un concept esenţial:

> Parentingul nu se încheie niciodată cu adevărat. Doar se schimbă.

Lucrurile pe care le facem pentru un copil de 10 ani – îl educăm, îl corectăm, îl protejăm – înseamnă mai ales *să clădim*, să îl transformăm într-un adult. Treptat, îl învăţăm să zboare, iar în cele din urmă să plece din cuib. Dar apoi, într-o bună zi, sarcina noastră nu mai este să clădim, ci *să ne înţelegem bine*. Aceasta nu înseamnă că el nu mai poate învăţa de la noi, ci doar că, în calitate de părinţi, *noi* trebuie să ne adaptăm la această nouă relaţie şi la noul nostru rol.

Unii părinţi nu reuşesc să ajungă niciodată aici. Nu se adaptează. Se blochează. Şi, din nefericire pentru toţi cei implicaţi, deoarece nu înţeleg că trebuie să îşi modifice practicile de parenting sau nu ştiu cum să o facă, controlînd (distrugînd?) viaţa copiilor lor, bătîndu-i mereu la cap şi spunîndu-le ce să facă, oferind sfaturi nesolicitate şi adesea nedorite. Rezultatul? Frustrarea creşte, conversaţiile devin mai aride, iar relaţiile slăbesc.

Nu este o imagine prea frumoasă.

Dar o persoană care adoptă metoda întrebării din spatele întrebării creşte odată cu copilul său, trecînd de la rolul de părinte ce clădeşte la cel de părinte care se înţelege bine cu copiii, punînd întrebări responsabile

precum: „Cum mă pot adapta la lumea mea care se schimbă?” – şi ceea ce noi numim *întrebarea supremă din spatele întrebării*:

„Cum pot renunţa la ceea ce nu pot controla?”

Acestea sînt întrebări importante pe care părinţii puternici şi responsabili le formulează pentru a-i ajuta să evolueze. Cineva a spus odată că sunetul cel mai liniştit din lume este cel al renunţării. Aşa credem şi noi şi, la fel ca tine, ştim că nu este deloc uşor de făcut. Dar în mod cert asigură un bun parenting.

Capitolul 36

Învaţă-i şi pe alţii metoda întrebării
din spatele întrebării

> Dacă îmi spui, o să uit; dacă mă înveţi, poate o să-mi amintesc; dacă mă implici, o să învăţ.
>
> Benjamin Franklin

Îţi poţi imagina că nişte tineri ar formula vreuna dintre aceste întrebări incorecte?

- „De ce nu mă înţelege nimeni?”
- „Cînd o să mă lase profesorul meu să mai respir?”
- „De ce este şcoala atît de plictisitoare?”
- „Cine o să-mi plătească facultatea?”
- „De ce nu am mai mulţi prieteni?”
- „Cine o să-mi dea un loc de muncă?”
- „De ce mă bat la cap tot timpul părinţii mei?”
- „Cînd o să primesc ceea ce mi se cuvine?”
- „De ce nu mă ascultă mama şi tata?”

Evident, aceste întrebări îl pot face pe oricare dintre noi – indiferent de vîrstă – să se victimizeze, să se plîngă, să tergiverseze şi să

învinovăţească pe alţii. Şi de asta este important să le transmitem copiilor noştri metoda întrebării din spatele întrebării.

Părinţii întreabă adesea: „Copiii pot învăţa metoda întrebării din spatele întrebării?”. Răspunsul este da – iată cum se poate face acest lucru.

Recomandăm să le dai copiilor să citească volumul *QBQ!* dacă sînt la liceu sau dacă au ajuns deja la vîrsta adultă, căci vor fi îndeajuns de maturi ca să le placă povestirile, să înţeleagă conţinutul şi să aplice în viaţa lor metoda întrebării din spatele întrebării. Pentru copiii care sînt la gimnaziu, le sugerăm părinţilor să citească *QBQ! împreună cu* ei. Rob, tatăl a doi copii, spune că aceasta este cea mai bună metodă:

> Măsura în care fiica noastră de 12 ani evită responsabilitatea personală la fiecare pas este pur şi simplu uluitoare. Din această cauză, am început să citim cîte două capitole din *QBQ!* împreună cu ea în fiecare săptămînă. Citim unul miercuri seara şi altul duminică seara. Îi punem întrebări despre concepte şi despre modul în care le poate aplica. Acest proces a asigurat structura necesară pentru a avea discuţii constructive. Sîntem mîndri să spunem că este isteaţă foc *şi* încîntată de faptul că „se prinde”!

În cazul copiilor mai mici, orice părinte care crede în metoda întrebării din spatele întrebării poate găsi ocazii de a-i învăţa să o aplice. Uneori este vorba despre exemplul pe care îl dăm noi, iar alteori contează şi exemplul personal, şi informaţiile despre ce înseamnă întrebarea din spatele întrebării, de ce este importantă şi cum se formulează o întrebare mai bună. Şi nu este niciodată prea tîrziu să începem. Totuşi, un tată ne scrie: „Aş vrea să am nişte copii care să îşi asume responsabilitatea pentru ceea ce fac. Vreau să le insuflu simţul responsabilităţii. Dar nu vreau să

crească prea repede!”. Nu considerăm că ar exista vreun conflict aici. De fapt, învăţîndu-l *acum* pe un copil mic metoda întrebării din spatele întrebării, aceasta îl va ajuta să crească *mai bine*. Să vedem cum unii părinţi îi învaţă pe micuţii lor responsabilitatea personală şi metoda întrebării din spatele întrebării.

Sheila, mama a doi copii, scrie:

> Am observat că fiica mea de 6 ani, McKennah, aruncă vina pe oricine din jurul său. După ce am studiat *QBQ!* la serviciu, am hotărît să încerc să o învăţ ce înseamnă responsabilitatea personală. Într-o după-amiază, s-a ivit o minunată ocazie de a o învăţa acest lucru.
>
> Eu şi McKennah ieşeam dintr-un magazin şi eu eram puţin mai în faţă, chinuindu-mă să îmi car sacoşele. În timp ce mergea, se juca cu un carneţel nou ale cărui foi nu erau capsate şi l-a scăpat pe jos în mijlocul parcării! A ţipat la mine: „Mamă, din cauza ta am scăpat carneţelul!”. I-am răspuns: „Cum din cauza mea?”. Ea a spus: „Mergeai prea repede!”.
>
> Cînd am urcat în maşină, i-am spus că toţi facem anumite alegeri şi, cînd lucrurile merg prost, trebuie să ne întrebăm ce am fi putut face diferit. I-am dat un exemplu: „Iată o întrebare pe care o poate pune mami: «Ce aş fi putut face eu mai mult ca să o ajut pe McKennah să traverseze parcarea?»”. Ea a spus repede: „Ai fi putut să mergi mai încet!”. Muşcîndu-mi limba, am recunoscut că aş fi putut să merg mai încet ori să îi duc eu carneţelul. „Acum”, am zis eu, „este rîndul lui McKennah!”. Conform indicaţiilor din metoda responsabilităţii personale, i-am spus să formuleze o întrebare care să înceapă cu „ce” sau „cum” şi care să conţină cuvîntul *eu*. După cîteva încercări, iată ce i-a ieşit: „Ce aş fi putut face eu ca să ajung la maşină fără să îmi scap lucrurile pe jos?”. Odată ce a ajuns aici, am putut vorbi despre soluţii –

de exemplu, să îi ceară ajutorul mamei, să nu se uite prin carneţel pînă cînd nu ajungeam la maşină sau să ceară o pungă în care să îl ducă.
Am învăţat că şi un copil poate să înţeleagă şi să aplice formularea întrebărilor potrivite!

Sheila ne arată clar că şi copiii pot fi învăţaţi ce înseamnă responsabilitatea personală. Ei o mai „prind” şi atunci cînd văd că mama şi tatăl lor o aplică. Nu trebuie să uităm niciodată că exemplul personal este cel mai influent dintre toţi profesorii. Sheila a fost un părinte care s-a bazat pe metoda întrebării din spatele întrebării oferindu-se ca exemplu şi învăţînd-o pe fiica ei să aplice această metodă în viaţa ei. Uimitor!

Anthony, tatăl a doi copii, ne spune că, dacă prezinţi metoda întrebării din spatele întrebării într-o formă amuzantă, aceasta poate fi o strategie eficientă:

În timp ce mergeam cu maşina pe autostradă, într-o excursie cu familia, vorbeam despre şcoală, cînd fiica noastră, Coral, care este în clasa I, a spus: „Învăţătoarea mea este aşa de nedreaptă! Mi-a făcut observaţii şi eu nu am făcut nimic! De ce a făcut asta?”. Auzind că pune o întrebare incorectă, eu şi soţia mea, Brenda, am profitat de ocazie ca să îi învăţăm pe copiii noştri cîte ceva despre întrebarea din spatele întrebării, aşa că am născocit un joc. După ce le-am spus cam cum sună o întrebare din spatele întrebării, le ziceam: „Este o întrebare din spatele întrebării cînd spui: «De ce mi-a făcut observaţii învăţătoarea»?” şi ei răspundeau: „Nuuuuuuuuuuu!”. Eu spuneam: „Întrebarea din spatele întrebării este: «Ce pot face ca să nu mi se mai facă observaţii în clasă?»”. Apoi Brenda punea altă întrebare şi copiii

ne spuneau dacă era sau nu o întrebare din spatele întrebării. A fost foarte amuzant.

Cîteva zile mai tîrziu, pe cînd mă plîngeam soţiei mele de ceva ce se întîmplase la serviciu, am exclamat: „De ce!?! De ce fac asta?”. Din celălalt capăt al bucătăriei s-a auzit vocea simpaticei Coral, care m-a corectat: „Tată, asta nu este o întrebare din spatele întrebării!”. Am fost foarte uimit şi am început din nou să jucăm jocul acela. În seara aceea le-am citit copiilor o poveste despre un porc-spinos care avea un măr înfipt în spinii de pe spate şi din cauza asta nu mai încăpea în vizuină. Porcul-spinos spunea: „Nu e drept! N-o să mai intru niciodată în vizuină”. Deşi practic asta nu era o întrebare incorectă, m-am gîndit că ar fi amuzant să îi întreb pe copii care ar fi întrebarea din spatele întrebării pentru porcul nostru spinos. Coral a răspuns: „Ce pot face ca să scap de chestiile astea de pe spatele meu, să pot intra în casă?”. Da! O întrebare din spatele întrebării fără cusur!

Frumuseţea întrebării din spatele întrebării stă în simplitatea ei – şi nu este niciodată prea devreme să începem să îi învăţăm şi pe copiii noştri. Viaţa noastră a devenit mai bună datorită faptului că am aplicat metoda întrebării din spatele întrebării în familia noastră.

P.S.: De fiecare dată cînd e rîndul lui Kenneth, fratele mai mic al lui Coral, să pună o întrebare din spatele întrebării, este mereu aceeaşi: „Acum pot să mă joc cu jucăriile mele, te rog?”. Ei bine, o să înţeleagă şi el în curînd.

Prezentînd metoda întrebării din spatele întrebării într-o formă amuzantă, Anthony şi Brenda au făcut o treabă nemaipomenită învăţîndu-i şi pe copiii lor să o folosească. Ca în orice proces de construcţie, o temelie solidă este esenţială – şi ce temelie mai bună să le oferim copiilor decît cea a *resonsabilităţii personale*?

Şi iată un test rapid ca să vezi dacă şi copilul tău începe să gîndească şi să se poarte responsabil. Noi îl numim metafora „laptelui vărsat”. Cînd paharul de lapte zace răsturnat şi ceea ce fusese în el se prelinge pe picioarele mesei pînă pe podea, spune copilul: „Laptele s-a vărsat!” sau „*Eu* am vărsat laptele”? Evident, unul dintre răspunsuri este caracterizat de responsabilitate personală şi nu presupune nici un fel de scuze – iar celălalt nu. Pe măsură ce te străduieşti să îi înveţi pe copiii tăi metoda întrebării din spatele întrebării, fii atent la felul cum se exprimă, căci aşa vei afla foarte multe despre etapa în care se află în ceea ce priveşte asimilarea şi aplicarea ideii de responsabilitate personală.

Aşadar, învaţă-i pe copiii tăi cum să pună întrebări din spatele întrebărilor, dar foloseşte-le şi tu şi observă cît de mult se schimbă lucrurile în familia ta datorită responsabilităţii personale. Nu uita, întrebarea mai bună – *întrebarea din spatele întrebării* – începe întotdeauna cu „ce” sau „cum”, conţine un „eu” şi se axează pe acţiune.

Capitolul 37

Adoptarea metodei întrebării din spatele întrebării

> Una dintre cele mai grave boli este să fii un nimeni pentru oricine.
>
> Maica Tereza

Pentru unii părinţi, parentingul pare să vină de la sine şi în general totul merge strună. Pentru alţii, parentingul este dificil şi poate constitui un drum plin de hîrtoape.

Noi înţelegem ambele situaţii.

După cum am menţionat deja, cei trei copii ai noştri mai mici sînt adoptaţi. După ce i-am născut pe copiii noştri biologici – Kristin, Tara, Michael şi Molly –, „ne făcuserăm norma”. Sau, cel puţin, aşa credeam noi. Apoi, într-o bună zi, Charlene, Jazzy şi Natasha, care aveau 5 ani, 3 ani, respectiv 1 an, au intrat în viaţa noastră şi totul s-a schimbat pentru totdeauna.

Şi complet.

Ne-ar plăcea să spunem că a fost uşor în acele prime zile şi că „dragostea a învins totul”, însă, după cum am descoperit, adesea nu prea se întîmplă aşa în cazul adopţiilor. Au fost suişuri şi coborîşuri, bucurii şi necazuri, bune şi rele. Vorbind cît mai sincer şi mai explicit posibil, nu a

fost vorba despre cele trei fete – ci doar despre faptul că John şi Karen au căzut în capcana unor întrebări incorecte, precum:

- „De ce ni se întîmplă asta?”;
- „Cînd o să ne ajute şi o să ne susţină cineva mai mult?”;
- „La urma urmei, a cui a fost ideea asta?”;
- „De ce nu ne-au instruit mai mult asistenţii sociali?”;
- „Cine exact a spus că o să fie uşor?”.

Aceste întrebări – puse sub presiune, trecînd prin schimbări şi resimţind un nou grad de oboseală şi îndoială de sine – ne-au afectat în mod clar capacitatea de a fi nişte părinţi eficienţi. Privind retrospectiv, am fost luaţi pe nepregătite de realitatea că, deşi respectam în continuare ceea ce credeam a fi un parenting de calitate, trebuia să învăţăm noi moduri diferite de a le fi părinţi acestor minunate fetiţe.

Şi totul a început cu aplicarea în parenting a metodei întrebării din spatele întrebării:

- „Cum pot învăţa noi practici de parenting?”;
- „Ce pot face ca să îl sprijin pe partenerul meu de viaţă?”;
- „Cum pot să dirijez dezvoltarea acestor fete?”;
- „Ce pot face ca să mă adaptez la lumea mea care s-a schimbat?”;
- şi, desigur, *întrebarea supremă din spatele întrebării*: „Cum pot renunţa la ceea ce nu pot controla?”.

După cum am precizat de-a lungul întregii cărţi, răspunsurile sînt conţinute în întrebări. Altfel spus, atunci cînd punem întrebări mai bune, primim răspunsuri mai bune. Doar atunci cînd noi – John şi Karen – am început să punem întrebări din spatele întrebărilor am obţinut rezultatele pe care le căutam ca părinţi. Acum, după mai mult de zece ani, sîntem o

familie, sîntem o echipă. E perfect? Nu, nici pe departe. Însă am făcut progrese mult mai mari decît dacă am fi continuat să punem întrebări nepotrivite care ne făceau să ne victimizăm, să ne plîngem, să tergiversăm şi să îi învinovăţim pe alţii. Alegerea metodei *responsabilităţii personale* îl ajută pe fiecare părinte în acest rol esenţial – de a-i transforma pe cei mici în adulţi.

Capitolul 38

Aplicarea întrebării din spatele întrebării

Încă învăţ.

Michelangelo

La vîrsta adultă, oamenii merg adesea la cîte un curs sau un seminar de formare, ascultă un podcast sau termină de citit o carte şi apoi exclamă: „Uau, am învăţat foarte multe lucruri!”. Ei bine, poate că au învăţat sau poate că nu. Adevărul este că e greu să îţi dai seama ce înseamnă de fapt „învăţarea”, aşa că vă vom spune doar atît despre asta:

Învăţare = Schimbare.

Dacă, după ce participăm la un seminar ori studiem o carte, gîndirea, emoţiile şi comportamentele noastre nu se schimbă, cum putem pretinde că am învăţat ceva? Sistemul nostru de educaţie se bazează adesea pe acumularea unor cunoştinţe pe care poate nu le vom folosi niciodată, însă în lumea de zi cu zi a parentingului avem nevoie de mai mult. Avem nevoie de schimbare. Avem nevoie de acţiune. Avem nevoie să aplicăm ceea ce am auzit sau am citit astfel încît să fim cei mai buni părinţi posibil!

Avînd aceasta în minte, vom face o atît de necesară recapitulare a conţinutului deoarece, cum ne place nouă să spunem, „repetiţia este mama învăţăturii!”. Nu doar te încurajăm să ţii la îndemînă *Cum să formezi caracterul copiilor* şi să o reciteşti de multe ori, ci îţi recomandăm în mod deosebit şi să revii adesea la acest capitol. Doar prin numeroase expuneri repetate la anumite idei şi metode devin acestea parte a călătoriei noastre zilnice pe cărările parentingului în efortul nostru de a creşte nişte copii minunaţi.

Aşadar, să începem!

12 principii-cheie din Cum să formezi caracterul copiilor:

- răspunsurile sînt incluse în întrebări;
- copilul meu este un produs al stilului meu de parenting;
- parentingul se învaţă;
- cei mai buni părinţi nu sînt nişte imitaţii de părinţi;
- exemplul personal este cel mai puternic dintre toţi profesorii;
- părinţii remarcabili fac lucrurile grele;
- aproape întotdeauna este mai bine să acţionezi acum decît mai tîrziu;
- modestia este piatra de temelie a leadershipului;
- stresul este opţional;
- încrederea trebuie cîştigată;
- parentingul nu se încheie cu adevărat niciodată – doar se schimbă;
- nu pot schimba pe nimeni altcineva decît pe mine.

Ce trebuie evitat: întrebările incorecte. Acestea încep cu „de ce”, „cînd” şi „cine”:

- întrebările de tip „de ce?” conduc la victimizare şi nemulţumire;
- întrebările de tip „cînd?” conduc la amînări;
- întrebările de tip „cine?” conduc la învinuiri şi la căutarea unui vinovat.

Ce trebuie făcut: pune „întrebarea din spatele întrebării”.

Definiţia întrebării din spatele întrebării: întrebarea din spatele întrebării este un instrument practic care le permite părinţilor să aplice responsabilitatea personală făcînd alegeri mai bune.

Cum se formulează o întrebare din spatele întrebării:

- întrebările din spatele întrebărilor încep cu cuvintele *ce* sau *cum* – nu *de ce, cînd* sau *cine*;
- întrebările din spatele întrebărilor conţin pronumele personal *eu* – nu *ei, tu, voi* şi nici măcar *noi*;
- întrebările din spatele întrebărilor se concentrează întotdeauna asupra acţiunii.

Transformarea întrebărilor incorecte
în întrebări din spatele întrebării

Pe măsură ce treci în revistă exemplele următoare, pe care le-am ales deoarece le auzim în mod repetat, nu te fixa pe cuvintele propriu-zise ori pe conţinut. Aminteşte-ţi că scopul întrebării din spatele întrebării este să ne ajute să facem alegeri mai bune, astfel încît să aplicăm responsabilitatea personală. Vrem să evităm victimizarea, nemulţumirea, tergiversarea şi învinovăţirea. Poţi reformula oricare dintre următoarele întrebări incorecte (ÎI) sau întrebări din spatele întrebărilor (ÎSÎ) astfel încît să se potrivească situaţiei tale.

ÎI	ÎSÎ
De ce fiica mea nu-mi ur- mează niciodată sfatul?	Ce pot face ca să ajung să o cunosc mai bine?
Cînd îmi va împărtăşi fiul meu sentimentele sale?	Cum pot construi o relaţie bazată pe mai multă încredere?
Cine a făcut mizeria asta?	Ce pot face ca să îmi ajut copilul să deprindă obiceiuri bune?
Cine mă scapă de copiii ăştia?!	Cum pot simţi plăcere cînd sînt cu copiii mei?
De ce nu mă ascultă copiii mei?	Ce pot face ca să stabilesc aşteptări şi consecinţe clare – şi să le respect?
De ce nu mă susţin mai mult profesorii?	Ce pot face ca să îl susţin pe profesor?
De ce nu este fiul meu mai responsabil?	Cum pot fi un exemplu de responsabilitate în tot ceea ce fac?
De ce este atît de greu să fii părinte?	Ce pot face ca să îmi dezvolt noi abilităţi?
De ce nu este copilul meu un elev mai bun?	Cum pot înţelege mai bine dificultăţile cu care se confruntă copilul meu?
De ce nu mă ajută mai mult partenerul meu de viaţă?	Cum îmi pot comunica mai bine nevoile?
De ce nu poţi să îţi petreci timpul cu alţi copii, nu cu ăştia?	Cum pot ajunge să îi cunosc pe prietenii copilului meu?

ÎI	ÎSÎ
Cînd vor începe copiii mei să facă ce le cer?	Ce pot face pentru a-i înfrunta cu dragoste şi totuşi ferm?
De ce mă provoacă atîta copilul meu?	Cum pot trasa nişte linii cla- re, dar pline de afecţiune?
Cine o să se ocupe de problema asta?	Cum pot propune o soluţie?
De ce copilului meu pare să îi lipsească entuziasmul şi ambiţia?	Ce pot face ca să îl învăţ valoarea muncii?
De ce copilaşul meu este atît de dificil?	Cum îmi pot însuşi practici puternice de parenting?
Cînd o să se schimbe?	Ce pot face ca să mă schimb?
Cine îl va ajuta pe copilul meu să ia note mai bune?	Ce pot face ca să îmi ajut copilul?
Cînd o să îţi administrezi mai bine timpul?	Cum pot oferi instrumentele de care are nevoie copilul meu?
De ce nu vor copiii mei să mă asculte?	Cum îmi pot îmbunătăţi abilităţile de ascultare?
Cînd vor face ce le cer?	Ce pot face ca să fiu consecvent?
De ce nu învaţă mai mult copiii mei?	Cum pot da dovadă de o etică a muncii solidă?
De ce este fiul meu atît de irascibil?	Cum pot înţelege ce stă la baza emoţiilor sale?
Cînd o să fie fata mea mai respectuoasă?	Ce pot face ca să îi arăt respect?

ÎI	ÎSÎ
De ce vor copiii mei atît de multe?	Cum pot arăta că sînt mulţumită în viaţă?
De ce nu faci ce îţi spun?	Ce pot face chiar acum ca să ştiu ce se întîmplă în lumea ta?
Cînd vor înceta tinerii să aştepte să li se dea totul pe tavă?	Ce pot face ca să identific şi să elimin ideile mele despre ce mi se cuvine?
De ce se plînge de tot ce îi cer să facă?'	Cum pot înfrunta în mod ferm, dar şi iubitor acest comportament?
De ce sînt copiii mei atît de frustranţi?	Cum le pot arăta copiilor mei că îi iubesc aşa cum sînt?
De ce este copilul meu atît de rebel!?	Ce pot face chiar acum ca să îmi controlez emoţiile?
Cînd o să înceteze să se mai îmbrace astfel?	Cum pot stabili nişte standarde mai ridicate?
Cînd o să înceteze să mai facă asta?	Ce pot face ca să îl impulsionez pe copilul meu?
Cînd o să mă susţină mai mult soţul meu/soţia mea?	Cum pot fi de ajutor?
Cine a intrat cu încălţările pline de noroi, murdărind toată podeaua de pe hol?	Ce pot face chiar acum ca să rezolv această problemă cu calm?
De ce copiii mei îşi administrează banii atît de prost?	Cum pot să le fiu un exemplu?

ÎI	ÎSÎ
De ce este atît de distant copilul meu adolescent?	Cum pot mă fac mai bine înţeles de către el?
Cînd o să înceteze copilul meu să se tot plîngă atîta?	Ce pot face ca să fiu o persoană pozitivă într-o mai mare măsură?
De ce sînt oamenii atît de critici?	Ce pot face ca să găsesc aspectele pozitive?
Cînd o să înceteze să aibă toată casa la cheremul lui prin crizele sale de isterie?	Cum pot aplica „D-urile Disciplinei”? (pp. 82-83)
Cînd or să înceteze copiii mei să se tot certe?	Ce pot face ca să îi învăţ să îşi rezolve conflictele fără să se certe?

Cînd pur şi simplu nu ştii ce să mai faci sau ce întrebare din spatele întrebării să mai pui, există *întrebarea supremă din spatele întrebării*: „Cum pot renunţa la ceea ce nu pot controla?”.

„Întrebarea din spatele întrebării” a dat cu totul altă înfăţişare lumii noastre şi sperăm că va face la fel şi cu lumea ta. Dar, ca orice instrument, nu are nici o valoare decît dacă este folosită. Aşa că adopt-o şi pune-o la treabă în fiecare zi. Ştim că, dacă incluzi întrebarea din spatele întrebării în stilul tău de parenting, vei fi părintele excepţional care îţi doreşti să fii, iar copiii tăi îţi vor mulţumi pentru asta – într-o zi.

Şi, în final, să menţionăm un aspect mai puţin evident: nevoia de responsabilitate personală este infinită. Deci oricînd este un moment potrivit pentru a folosi întrebarea din spatele întrebării. O femeie mi-a scris: „Fiul meu adolescent are dificultăţi atît de mari acum, mi-e teamă că, dacă încep să aplic recomandările dumneavoastră şi să impun mai

multă responsabilitate personală în familia noastră, s-ar putea să nu mai termine liceul”.

Cu alte cuvinte, se temea să facă ce trebuie – ce era *mai greu* – chiar în momentul acela. Noi i-am răspuns pur şi simplu: „Nu e niciodată prea tîrziu să începi să fii un părinte puternic, responsabil”.

Sperăm că eşti de aceeaşi părere. Te rugăm să ne împărtăşeşti poveştile tale ca părinte la John@QBQ.com sau Karen@QBQ.com. Ne-ar face o deosebită plăcere să ne scrii!

Mai multe oferte ale QBQ

QBQ, Inc., oferă mai multe produse şi servicii utile. Vizitează site-ul QBQ.com ca să afli mai multe despre:

- cum poţi invita un membru al echipei QBQ, Inc., să vorbească în cadrul organizaţiei, conferinţei sau evenimentului de care te ocupi;
- *QBQ! The Question Behind the Question*, bestsellerul cu care a început totul;
- *Flipping the Switch*, lucrarea anexă la *QBQ!* care duce la nivelul următor întrebarea din spatele întrebării;
- *Outstanding! 47 Ways to Make Your Organization Exceptional*, cartea care le permite organizaţiilor să exceleze;
- *I Own It! Building Character Through Personal Accountability*; o programă axată pe responsabilitatea personală menită a fi folosită de profesori la clasă;
- *Specks & Planks*, un studiu practic care permite persoanelor, cuplurilor, grupurilor mici şi bisericilor să facă legătura între *QBQ!* şi *Flipping the Switch*, pe de o parte, şi Biblie, pe de altă parte;
- sistemul multimedia de formare *Personal Accountability and the QBQ!*, uşor de implementat şi conceput pentru a fi aplicat de coordonatorii din cadrul unei organizaţi;
- *QBQ! QuickNotes*. Abonează-te pentru a citi poveşti despre responsabilitatea personală şi a beneficia de servicii remarcabile pe site-urile noastre.

QBQ, Inc.

Helping Organizations Make Personal Accountability a Core Value®

e-mail: info@QBQ.com

QBQ.com

OutstandingOrganization.com